શારીરિક આરોગ્ય.

યાને

આરોગ્યમાં ખલેલ કરનાર કેટલાંક કારણો

તેમજ

ચારિ[illegible] અનેક મહાત્માઓ અને શાસ્ત્ર પ્રેરિત

અનુભવ સિદ્ધ ઉપાયો.

લેખક,

[illegible]નીલાલ મૂળજીભાઈ ત્રિપાઠી,

વિરમગામ.

સને ૧૯૧૪

પ્રયોજક અને પ્રકાશક.

સર્વાંગહિતચિંતક વનૌષધશાળા.

મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી જાનકીદાસજી,

ધોળકા.

મૂલ્ય—આઠ આના.

વેપારોપયોગી પાઠમાળા.

દી૦ બ૦ અંબાલાલભાઇના "નાણાંભીડ" વિશેનાં

આખા ભાષણ સહીત.

પાકું પુઠું—કીંમત દસ આના.

આ પુસ્તકમાં નાના મોટા સર્વે વેપારીઓને હમેશાં ઉપયોગી થઇ પડે તેવા નીચે પ્રમાણે ૨૮ પાઠ છે. (૧) વેપારનું મહત્વ (૨) ધંધો. (૩) મુડી. (૪) નાણું. (૫) શાખા. (૬) પેઢીઓ, બેંકો અને શરાફો. (૭) વેપારમાં નામાનું મહત્વ અને તેની અગત્ય. (૮) ઘરાક અને વશ્યાત. (૯) જાહેરાત–પ્રસિદ્ધિ. (૧૦) પંત્યાળું–સત્યારો વેપાર. (૧૧) વેપારીના ગુણ સ્વભાવ. (૧૨) વેપારમાં ફતેહ મેળવવાનાં સાધનો. (૧૩) ધંધામાં ખોટ આવવાનાં કારણો. (૧૪) ઉધારીઆ વ્યવહારથી થતી હાનિ. (૧૫) વેપારમાં વિશ્વાસનું મહત્વ. (૧૬) વીમો, તેની જરૂર ને તેના લાભ. (૧૭) વેપારી જ્ઞાનનાં સાધનો. (૧૮) તેજી મંદીનું જ્ઞાન. (૧૯) વેપારીને અર્થશાસ્ત્રના અભ્યાસની જરૂર. (૨૦) જકાત અને વેપારનાં તત્વો. (૨૧) મુસાફરી. (૨૨) વેપારની સગવડો. (૨૩) પત્ર વ્યવહાર. (૨૪) અનુભવ, અભિપ્રાય અને સલાહના નિયમ. (૨૫) પ્રામાણિકપણું. (૨૬) ઇશ્વર ઉપર આસ્થા. (૧૭) વેપારી નીતિ. (૨૮) બજારમાં નાણાંની ભીડ કેમ થાય છે તે વિશે દી૦ બ૦ અંબાલાલભાઇનું આખું ભાષણ.

જીવનલાલ અમરશી મહેતા.

ઠે. પીરમુહમદશાહ રોડ;—અમદાવાદ.

गूजरात विद्यापीठ ग्रंथालय

[गुजराती कॉपीराइट विभाग]

अनुक्रमांक ૫૪૪૮ वर्गांक

पुस्तकनुं नाम [illegible]

विषय [illegible]

શારીરિક આરોગ્ય

યાને

આરોગ્યમાં ખલેલ કરનાર કેટલાંક કારણો.

(મહાત્માઓ તેમજ શાસ્ત્રસિદ્ધ ઔષધ યુકત)

"શરીરે સુખી તો સુખી સર્વ વાતે,
શરીરે દુઃખી તો દુઃખી છે સદાતે."

લેખક,

ચુનીલાલ મૂળજીભાઇ ત્રિપાઠી,
વિરમગામ.

પ્રકાશક,

મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી જાનકીદાસજી,
ધોળકા.

આવૃત્તિ પહેલી પ્રત. ૧૦૦૦

મૂલ્ય—આઠ આના.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય
અમદાવાદ
ગુજરાતી કૉપીરાઈટ-સંગ્રહ
૫૪૪૨

(સર્વ હક્ક સ્વાધીન રાખવામાં આવ્યા છે.)

અમદાવાદ.

શ્રી "રામકૃષ્ણ" પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં શા. મગનલાલ હરિવલ્લભદાસે
છાપ્યું. ઠે. કાળુપુર ટંકશાળની પોળ—અમદાવાદ.

શ્રી ગુરૂસ્તુતિ.

“ शान्ति यच्छति तारकापतिरिवोन्मार्गस्य व्याखण्डकम् ।
संसारार्णव तारकं भयहरं कामादि दोषापहम् ॥
वैराग्यांबुज भास्करं ह्यघहरं ज्ञानाब्धि चन्द्रोदयम् ।
आचार्यं प्रणमाम्यहं गुरुवरं रामानुजं मोक्षदम् ॥ १ ॥

શ્રી ઈશ્વર સ્તુતિ.

“ स्वामिन्नतोस्मि करुणामय दीनबंधो ।
विष्णोर्गुणादि अमं परिसवेनीयं ॥
सच्चिद्घनं विबुध रक्षण दक्षनित्यं ।
मां पाहि पाहि कृपयार्णव भीति भीतं ॥ १ ॥

“ संपूर्ण जोवनकरस्त्वयि सन्निकर्षे ।
स्त्वय्येव भांति निवसंति विभूतयस्ते ॥
मातापिता त्वमसि चास्य गुणानुभेदात् ।
तुभ्यं नमोस्तु भगवन् परमात्मने वै ॥ २ ॥

ઘણું જીવો મહારાજા.

"एकोनाम सुपञ्चमो विजयते श्री ज्यॉर्ज नाम्ना प्रभुः ।
साधुवृन्द कदम्ब भूषितधरः श्रीमान् दयासागर ॥
भूपालावलि मौलि लालितपदो धर्मार्थ संरक्षकः ।
सम्राट् भूपरि रक्षिता सहजनैर्जीयात् सहस्त्रंसमा ॥ १ ॥

"पौत्रो विक्टोरियायाश्शुभगुणजलधेर्लोकविख्यातकीर्तेः ।
एडवर्डस्यात्मजन्मा प्रशमगुणनिधेस्ससमस्यानुरुपः ॥
मेरी देवो सहायो जलनिधिपरिधेः सक्षितश्चक्रवर्ती ।
श्रीमानाचंद्रतारं जयतुगुणनिधिः पञ्चमो ज्यॉर्ज भूपः ॥२॥

પ્રસ્તાવના.

"શારીરિક આરોગ્ય" એ વિષય એટલો સાધારણ છે, કે તેને કોઇપણ પ્રકારના વિશેષ પ્રસ્તાવની આવશ્યકતા રહેતી નથી. આમ છતાં કેટલીએક ખાસ બાબતો પ્રદર્શિત કરવાની જરૂર, એ પ્રકારની પ્રવૃત્તિમાં પ્રેરે એ સ્વાભાવિક છે.

પ્રત્યેક સૃજિત વ્યક્તિને તેના સૃજનને અંગે કંઇને કંઈ કર્તવ્ય રહેલું છે, અને જેનામાં જેટલું **વીર્ય**–સત્ત્વ તેટલું કર્તવ્ય તે ઉત્તમ પ્રકારે કરવા શક્તિમાન નીવડે છે. કર્તવ્યપાલન ઉત્તમ પ્રકારે કરી શકાય તે માટે આ **વીર્ય** અથવા જેને બ્રહ્મવર્ચસ કહેવામાં આવે છે તે **શુદ્ધ, તેજસ્વી** અને **ઓજસ** પૂર્ણ હોવું જોઇએ. આ શુદ્ધતા, તેજસ્વીતા અને ઔજસનો આધાર જેમાં અને જે વડે તેનું બંધારણ થાય છે તેની શુદ્ધતા–નિરામયતા ઉપર છે. અને તેથી આહારવિહારાદિમાં ઉપયોગ કરાતા પદાર્થો, શરીર, મન, અને બુદ્ધિને વિશુદ્ધ અને નિરામય બનાવી છેવટે વીર્યમાં ઓજસ પ્રકટાવે એવા એટલે **શુદ્ધ** અને **સત્ત્વગુણી** હોવાની ઘણીજ જરૂર છે.

હકીકત આ પ્રમાણે હોવા છતાં મનુષ્યનો મોટો ભાગ, પોતાની અંદરના **સત્ત્વ**માં મલીન અને વિશુદ્ધ તત્ત્વો પ્રેરી પરિણામે જાતને વીર્યહીન બનાવી અકાળે કાળનું શરણ ગ્રહવા યોગ્ય સ્થિતિમાં લાવી મૂકે તેવા પદાર્થોનું સેવન

કરતો દષ્ટિગોચર થઈ શકે છે. આમ હોવાથી વીર્યની વિ-શુદ્ધતામાં માત્ર મલીનતા પ્રકટાવી મનુષ્યને વીર્યહીન—સ્વકર્તવ્યને માટે ના લાયક—બનાવનાર અને અકાલે કાળના પંજામાં સપડાવનાર એવી જે બાબતો પ્રત્યેક વિચારશીલ વ્યક્તિને સહજ વિચારે સ્પષ્ટ થઈ શકે તેવી છે તેમાંની કેટલીક મુખ્ય કે જેનું આપણને હમેશના વ્યવહારમાં ક્ષણ પ્રતિક્ષણ દર્શન થયાં કરે છે તેને આગળ કરી તેથી થતા ગેરલાભો તરફ જનસમાજનું અને વિશેષ કરીને યુવકો કે જેઓ ભવિષ્યના દેશાજન અને ધન છે તેમનું ધ્યાન ખેંચવું એ આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિનો ઉદ્દેશ છે.

કદાચ એવો પ્રશ્ન ઉઠી શકે કે "શારીરશાસ્ત્ર" ના પાકા અભ્યાસીઓ એવા ઘણા વિદ્વાન પુરૂષોએ આ હકીકત પર પોતાના અનુભવ, અવલોકન અને અભ્યાસ દ્વારા ઘણું સરસ અજવાળું પાડયું છે, તો એવાજ વિચારને અનુસરતા આ વધારાના નાનકડા પુસ્તકની શી જરૂર ? પ્રશ્ન બેશક વિચારણીય છે. ખરી વાત છે, કે આ વિષયે, વિષયના જ્ઞાતા એવા વિદ્વાનો દ્વારા ઘણું અને ઘણું ઉપયોગી લખાયેલું છે—લખાય છે; અને તેમાનું કેટલુંક પુસ્તકોના આકારમાં પ્રસિદ્ધ પણ થઇ ચૂક્યું છે આમ છતાં આપણે વું જોઇતું નથી કે આવા વિષયો પર છૂટથી ઘણું અને ઘણીવાર લખાય—એકની એક વાત એના એજ રૂપમાં વા ન્ય સ્વરૂપમાં અનેકવાર કહેવાય—તો તેમાં લેશ પણ પુનરૂકિતનો ભય નથી. ભીંતમાં વા ભોંયમાં ખોસેલાં, ખીલી,

ખીલો વા થાંભલો બરાબર સજ્જડ અને ઉંડે ચોંટ્યાં છે, કે કેમ તે તપાસવાને તેને વારે વારે હલાવી જોવાની જેમ જરૂર છે તેમ આવી બાબતોની પણ મનુષ્ય મન પર સજ્જડ અને ઉંડી અસર થવા માટે તેપર અનેકવાર, એકજ વા અન્ય સ્વરૂપે છૂટથી ચર્ચા થવાની જરૂર છે, એમ સૌ કોઈ સ્વીકારી શકે. અને એ દષ્ટિએ વિચારતાં, આશા છે, કે આ લઘુ લેખ કોઇપણ અંશે નિરૂપયોગી નીવડશે નહિ. છેવટે, આ વિષયમાંના વિચારો સમષ્ટિ પૈકી એક પણ વ્યક્તિને પૂર્ણપણે અસર કરી શકશે તો લેખકનો પોતાનો આ વિષેનો શ્રમ કોઇપણ દરજ્જે નિરર્થક નીવડ્યો લેખાશે નહિ.

વળી એક અગત્યની બાબત પણ અહીં નોંધવી જરૂરની છે. તે એ છે, કે આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિના પ્રેરક તરીકેનું માન આ પુસ્તકના **પ્રકાશક** મહારાજ શ્રી **મહા**વીરદાસજી, એમને ઘટે છે. તેઓ પોતે સહૃદય, વૈદ્યવિદ્યાના અભ્યાસ તરફ પ્રીતિવાળા અને રોગ તેમજ દવાઓના ગુણદોષને પિછાનનારા જણાય છે. વળી ઘણા પ્રસંગોમાં તેઓ કેવળ નિસ્પૃહી ભાવે અને પૂરા પ્રેમયુક્ત દરદીઓની દવા કરે છે. અને કદાચ પૈસા લે છે તો તેનો ઉપયોગ પરોપકારાર્થ કરે છે. આવાં કેટલાંક કારણોથી ઘણા દર્દીઓ તેઓશ્રીના પરિચયમાં આવે એ સ્વભાવિક છે. દરદીઓના આ સહવાસને પરિણામે 'શારીરિક આરોગ્ય'માં જણાતી ખામીઓ તરફ તેમનું ધ્યાન ખેંચાયેલું અને તેમાંની મુખ્ય

એવી કેટલીક પુસ્તકના રૂપમાં પ્રસિદ્ધ કરી માણસોનું ધ્યાન એ બાબતો તરફ ખેંચવા ઇચ્છા થયેલી; છતાં તેઓશ્રીનું જન્મસ્થાન ઉત્તર હિંદમાં હોઇ તેઓ ગુજરાતી ભાષામાં પોતાના વિચારો સ્પષ્ટ પણે પ્રદર્શિત કરી શકે નહિ એ સ્પષ્ટ છે. અમારો પરસ્પર મેળાપ થતાં તેમણે પોતાની ઇચ્છા પ્રદર્શિત કરી. તેમણે છૂટા છવાયા વિચારોથી વિષયની આછી રૂપરેખા નક્કી કરેલી. તેમના અતિશય આગ્રહ અને વિષયની ઉપયોગીતાથી પ્રેરાઇ નિત્યના નિયમિત કાર્યમાંથી મળતા અવકાશના ઉપયોગ વડે નક્કી કરેલી રૂપરેખાની હદમાં રહી યોગ્ય સુધારા સાથે હાલના સ્વરૂપમાં આ પુસ્તક પ્રસિદ્ધિને પામ્યું છે. વિષયની મર્યાદા કંઇક સંકુચિતપણાને પામવાથી આ પુસ્તકમાં બીજી કેટલીક અગત્યની બાબતોના ઉમેરાની જરૂર હતી તે થઇ શક્યો નથી. અસ્વચ્છતા, આહારવિહારમાં અનિયમિતતા અને અશુદ્ધતા, વ્યાયામનો અભાવ, બ્રહ્મચર્ય ભંગ, બાળ લગ્ન આદિ બહારની ઉપયોગી બાબતો ઉપરાંત આંતરની કેટલીક અધમ વૃત્તિથી પ્રેરાયેલા માનસિક વ્યાપારોથી શારીરિક આરોગ્ય ઉપર થતી અસરો તરફ સાથે સાથે ધ્યાન ખેંચવામાં આવ્યું હોત તો આ પુસ્તક કેટલેક અંશે વધારે ઉપયોગી નીવડી શકત; પરંતુ તે અહીં નથી જ બન્યું. ઇશ્વરેચ્છા તો કોઇ બીજે પ્રસંગે એ અપૂર્ણતા પૂરાવાની આશા રાખી શકાય.

પુસ્તકના બીજા ભાગમાં પ્રકાશકના પોતાનાજ સ્વતઃ વિચારો છે. એટલે તેના લેખક તરીકેનું માન, પ્રકાશકને પોતા-

નેજ છે. અને તેમાં તેઓશ્રીએ કેટલાંક દેખીતાં દરદોનાં આર્ય શાસ્ત્ર વિહિત કારણો તથા લક્ષણો સંક્ષેપમાં દર્શાવ્યાં છે. આ ઉપરાંત તેને દૂર કરવા માટે તેઓશ્રીના કહેવા મુજબ, પોતાને પરોપકારી સંત મહાત્મા, સિદ્ધ યોગીરાજ, યતિ, મુનિ તથા ફકીર, ઓલીયા વગેરેની પોતે કરેલી તન, મન અને ધનથી યોગ્ય સેવા ઉપરાંત અતિ શ્રમ અને સાહસના પરિણામે પ્રાપ્ત થયેલાં એવાં ઉત્તમ પ્રકારનાં ઔષધો અને તાત્કાલિત ઉપચારો કર્તવ્ય સમજી પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવ્યાં છે. વળી આ ઉપરાંત આર્યશાસ્ત્રના અનેક ગ્રંથોમાંથી તેમના પોતાના અનુભવમાં આવેલાં ઔષધોમાંનાં કેટલાંક પણ સાથે સાથે હિતની દૃષ્ટિએ પ્રદર્શિત કરાયાં છે. વળી ત્રાસદાયક અને જીવલેણ ઝેરી જંતુઓના ઝેરથી મુક્ત થવાના આબાદ ઉપાયો કે જે જુદા જુદા મહાત્માઓ દ્વારા તેમના જાણવામાં આવેલા તે પણ સાથે સાથે દાખલ કરવામાં આવ્યા છે. આ ઉપાયો સહેલા, સસ્તા, નિર્ભય અને નિર્દોષ છે અને બુદ્ધિપૂર્વક ડહાપણથી ઉપયોગ કરનાર હરકોઇ તેનો લાભ લઇ શકશે એવી આશા રાખી શકાય.

છેવટે, આ પુસ્તકમાં લીધેલા, અન્ય વિદ્વાનોના વિચારો માટે તે સર્વનો આ સ્થળે ઉપકાર માનવામાં આવે છે.

વિરમગામ
તા. ૩૧-૭-૧૪

લેખક.

શારીરિક આરોગ્ય

યાને

આરોગ્યમાં ખલેલ કરનાર કેટલાંક કારણો.

"શરીરે સુખી તો સુખી સર્વ વાતે;
શરીરે દુઃખી તો દુઃખી છે સદા તે."

આ સૃષ્ટિની રચના અનંત અને અલૌકિક છે. જ્યાં જોઇએ ત્યાં અનેક પ્રકારનાં પ્રાણી, પદાર્થ અને વનસ્પતિ દૃષ્ટિગોચર થાય છે, અને તેના કર્તાની કોઇ અલૌકિક લીલાનું અનેરૂં ભાન કરાવે છે. આ સઘળા સૃષ્ટ વર્ગોમાં મનુષ્યવર્ગ અતિ ઉત્તમ છે. કારણકે બીજાઓ કરતાં તેને સ્વાભાવિક રીતે વિશેષ શક્તિ ઉપરાંત મન અને બુદ્ધિ આપેલાં હોઇ તે સદસદ્‌ના વિવેકવડે યોગ્ય કર્તવ્યમાં પ્રેરાઇ ઉત્તમપદ પામવાને શક્તિમાન નીવડે છે. વળી સ્વકર્તવ્યને સારી રીતે પિછાની તેમાં સર્વ સમયે તત્પર રહી અન્ય પ્રાણીમાત્રના અને તે વડે પોતાના કલ્યાણમાં સહાયભૂત નીવડવાની અને એ રીતે જન્મની સાર્થકતા સાધવાની ઉત્તમ તક મનુષ્યદેહે કરીને જ પ્રાપ્ત થઇ શકે છે. અન્ય દેહે આમાંનું કશું બની શકતું નથી અને તેથી મનુષ્ય દેહની ઉત્તમતા સુસ્પષ્ટ અને સ્વીકાર્ય છે. વળી "શરીર માદ્યં ખલુ

ધર્મ સાધનમ્ " એ પ્રવચન પણ દેહની અગત્યતા અને ઉત્તમતા સિદ્ધ કરી આપણું ધ્યાન ખેંચે છે.

ખરી વાત છે, કે મનુષ્યદેહે કરીને જ પ્રાણી **ધર્મ, અર્થ, કામ** અને **મોક્ષ** એ ચતુર્પદાર્થોનો સ્વામી થઇ શકે છે, પરન્તુ એથી એમ તો ભાગ્યે જ માનવામાં આવશે કે દેહ પ્રાપ્ત થયો કે તેની સાથે એ ચાર પદાર્થો પણ પ્રાપ્ત થઈ ચૂક્યા. દેહ એ તો સાધન માત્ર છે અને તેથી એ ઉત્તમ પદાર્થો પામવાને મન અને બુદ્ધિના વિવેકવડે તેને સ્વકર્તવ્યમાં નિયોજવાથી જ ઇષ્ટ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ શકે. બાકી દેહાદિ ભાવોમાં રમણ કરવાથી–દેહને જ સર્વસ્વ માનવાથી–પ્રાણી સુખને બદલે મહાન્ દુઃખનો ભોક્તા થઇ પડે છે.

કોઇ પણ પ્રકારનાં સુખ–દુઃખ કે ચડતી–પડતીનો આધાર મનુષ્યના પોતાના **ચારિત્ર** ઉપર રહેલો છે. જેનું ચારિત્ર ઉત્તમ તે જ સર્વ રીતે સુખી હોઇ શકે. અપવિત્ર આચાર–વિચારો તેમ જ અનેક કુટેવોથી જેનું જીવન કલુષિત થયેલું હોય એવો પુરૂષ સ્વપ્નમાં પણ કદિ સુખી હોઈ શકે નહિ એ નિર્વિવાદ છે. સુખ પ્રાપ્તિને અર્થે પોતાના જીવનને સદ્‌વિચાર અને શુભ કર્મોવડે નમૂનારૂપ ઘડવું જોઇયે. જીવનને વિશ્વ વ્યવસ્થાને અનુરૂપ અતિ નિયમિત બનાવવું જોઇએ. કારણ, "**નિયમ વગરનું જીવન એ સુકાન વિનાના વહાણ જેવું છે.**" આવા નિયમિત અને ઉમદા જીવન યાને ઉત્તમ પ્રકારના ચારિત્ર બંધારણમાં આપણી

બહારની પરિસ્થિતિ મુખ્ય ભાગ બજાવે છે, અને તેમાંય વળી **શરીરની આરોગ્યતા અગ્રસ્થાન ભોગવે છે.** સઘળા પ્રકારનાં સુખોનો મુખ્ય આધાર શરીર–સુખ ઉપર છે. "**પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા**" એ પ્રચલિત કહેવતનો યથાર્થ સમજનાર સહેલથી સમજી અને સ્વીકારી શકે કે સુખનાં સઘળાં અંગોમાં આરોગ્ય એ મુખ્ય અંગ છે. હકીકત આવી હોવાથી જ આપણા મહાનુભાવ પૂર્વજોએ **આરોગ્યશાસ્ત્રના નિયમોને ધર્મશાસ્ત્રના કાનુનોની સાથે સંકલિત કરી આપણા નિત્ય કર્તવ્યમાં ગોઠવી દીધા છે.**

વળી વધારે સ્પષ્ટતાથી વિચારતાં સમજી શકાય, કે સુખદુઃખાદિ દ્વંદ્વો શરીરને લઇને જ છે, અને તેથી શારીરિક દુઃખને પ્રસંગે કોઇપણ પ્રકારના સુખનો અનુભવ થઈ શકે નહિ. જે સમયે આપણે તંદુરસ્ત હોઇએ છીએ તે વખતે જ આપણને સઘળું આનંદદાયક લાગે છે. આથી ઉલટું રોગી દશામાં બહારની ગમે તેવી સુખમય જણાતી પરિસ્થિતિ પણ દુઃખદાયક થઈ પડે છે. ગમે તેવાં ચિત્રવિચિત્ર અને આનંદ પમાડે એવાં અગણિત સાધનોથી ભરપૂર વાસસ્થાન હોય, અનેક દાસ દાસીઓ સેવામાં હાજર હોય, સુવર્ણ થાળમાં અતિ સ્વાદિષ્ટ વાનીઓ પુરી ભોજન માટે તૈયાર કરી લાવવામાં હોય અને એ ઉપરાન્ત બીજાં અગણિત સુખનાં સાધનોથી યુક્ત આસપાસની પરિસ્થિતિ હોય; છતાં ભોક્તા શારીરિક વ્યાધિથી પીડાતો હોય

તો તેમાંના એકેની પર તેની દૃષ્ટિ સ્થિર કરી સુખનો અનુભવ કરી શકતી નથી. આથી ઉલટું તેની અનારોગ્ય દશામાં એ સુખનાં સાધનો વધારે ને વધારે દુઃખદાયક નીવડે છે.

આ સાથે એ પણ વિચારી શકાય, કે શરીર અને મન એ બન્નેનો ઘણો નિકટનો સંબંધ છે. શરીર નીરોગી હોય ત્યારે જ મનમાં સારા વિચારો પેદા થાય છે, સ્વભાવ આનંદી, ઉત્સાહી અને હસમુખો હોય છે. આથી ઉલટું રોગી દશામાં મન અસ્વસ્થ બની જાય છે. સ્વાભાવિક આનંદ અને ઉત્સાહને બદલે માણસ ચીડીયા સ્વભાવનો બને છે. દરદને લીધે લાંબા દિવસો સુધી સારી ઉંઘ ન આવવાથી અને પીડા વધવાથી શરીર અને પરિણામે મન, સુસ્ત અને ઉત્સાહ રહિત બની સુખ ભોગવવાની શક્તિ ગુમાવી બેસે છે. આમ થયેથી જીવનભાવના નીરસ, શુષ્ક અને વિકારી બને છે. વળી મગજના વ્યાધિને લીધે સ્વભાવમાં પણ મહાન્ ફેરફાર પેદા થાય છે. આને પરિણામે નૈતિક ભાવના પર પણ ભારે અસર થતી જોવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે આરોગ્યમાં ફેરફાર થતાં મનુષ્યની સ્વાભાવિક વૃત્તિ અને મનોવિકારોનો વેગ મંદ પડે છે એટલું જ નહીં; પરન્તુ તેની દિશા પણ બદલાઇ જતી જોવામાં આવે છે. આથી ઉલટું, એટલે શરીર જ્યારે તંદુરસ્ત અને સુસ્વસ્થ હોય છે ત્યારે મગજ પણ શાન્ત અને તર બની રહે છે. સારા સારા વિચારો પેદા થાય છે. સ્વભાવ આનંદી અને ઉત્સાહી બને છે. કાર્યમાં ઉત્સાહ અને વેગ

જોવામાં આવે છે. શરીર અને તેને લઇને મન સાધ્ય હેાવાથી સારાસારના વિવેક વડે પ્રવૃત્તિની ગતિ પણ યેાગ્ય દિશામાં કરાય છે. દિવસે દિવસે નવું ચૈતન્ય સ્ફુરતું જાય છે અને એ પ્રકારે અનેક આત્મકલ્યાણનાં સાધનેા સાધી શકાય છે. આ ઉપરથી વિચારી શકાય, કે ચારિત્ર બંધારણનેા અને તેનાવડે પ્રાપ્ત કરવાના સુખની ઉચ્ચતમ અવસ્થાનેા મુખ્ય આધાર શરીર અને મનની નિરામયતા ઉપર છે અને મનની નિરામયતાનેા આધાર શરીરની તંદુરસ્તી ઉપર છે.

" શરીરનું આરેાગ્ય " એ મનુષ્ય જીવનની સાર્થકતા સાધવામાં કેટલું ઉપયેાગી સાધન છે તે આ પરથી સહજ વિચારી શકાય. જે આરેાગ્ય માનસિક વિકારેામાં અવનવા ફેરફારેા કરી અનેરેા ઉત્સાહ પ્રેરે છે અને ઉત્તમ ચારિત્ર બંધારણમાં અતિ અગત્યનું અંગ છે તેને પ્રાપ્ત કરવાની મનુષ્ય માત્રની કેવી આવશ્યક ફરજ છે તેનેા પણ આ પરથી ખ્યાલ આવી શકે. હકીકત આ પ્રમાણે હેાવા છતાં " આરેાગ્ય " વિષયે કેવળ બેદરકાર બની મનુષ્યનેા મેાટેા ભાગ જુદા જુદા પ્રકારના વ્યાધિથી પીડિત થતેા જોવામાં આવે છે અને પ્રાપ્ત સુખેાનેા અને સાધનેાનેા લાભ લેવાને બેનશીબ નીવડે છે એટલું જ નહિ; પરન્તુ અકાલીન કાળના પંજામાં ફસાઈ જીવનને નિરર્થક ગુમાવી દે છે એ અતિ શેાચનીય છે ! જે આર્યાવર્તની પ્રજા એક કાળે હજારેા વર્ષનું આયુષ્ય ભેાગવી શકતી હતી, જેનું શારીરબળ અતુલનીય હતું અને તેની સાથે માનસિક

અને આધ્યાત્મિક બળ એટલી હદે પહોંચેલું હતું, કે જે વિષયે વાંચતાં આજ પણ સર્વ દેશની પ્રજાઓ ચકિત થાય છે તે જ પ્રજાનાં સંતાન, આજે કેટલાં નિસ્તેજ અને નિર્માલ્ય દૃષ્ટિગોચર થાય છે! ખરેખર! આપણી આવી સ્થિતિ તે આપણા ભાગ્યોદયના સૂર્યના અસ્તનું સૂચન કરે છે! જેના પૂર્વજો હજારો વર્ષ પર્યંત નિરામય જીંદગી ભોગવતા હતા તેનાં જ સંતાનોના સરાસરી જીવનનો કાળ ત્રીસ, પાંત્રીસ વર્ષ જેટલો જોવામાં આવે છે! જે દેશમાં રોગનું નામ નિશાન ન હતું ત્યાં આજે રોગી મનુષ્યોની સંખ્યા મોટા પ્રમાણમાં ઠેરે ઠેર દૃષ્ટિગોચર થઇ શકે છે! કેવો મહાન્ વિપર્યય!!

પણ, આપણી આવી સ્થિતિ માટે આપણે પોતેજ જવાબદાર છીએ! કારણ, આપણું આરોગ્ય ટકાવી રાખવું એ આપણા પોતાના હાથમાં છે. કંઇ વિશેષ પ્રયત્ન કે પાઇના પણ ખર્ચની જરૂર નથી. કેટલાક સાદા નિયમોનું સેવન કરવું, એટલાની જ એમાં જરૂર છે. વળી આ નિયમોની શોધ કરવાનો પ્રયત્ન કરવા જવું પડે એમ પણ નથી. તે વિષયના પાકા અભ્યાસી એવા અનેક મહાનુભાવી પરોપકારી પુરૂષોએ જીવન ભરના અથાગ શ્રમ વડે તે શોધી, આપણી સમક્ષ ખુલ્લા મૂક્યા છે.

આ નિયમોમાંના મુખ્ય આ પ્રમાણે ગણાવી શકાય:

* "**બધી બાબતોમાં મધ્યમ પણાનું અને સંયમ**

---

* જીવનનો આદર્શ.

વૃત્તિનું સેવન કરવું, અર્થાત્ સંયમ શીળ અને મિતાહારી થવું; **નિયમિત રીતે કસરત કરવી, પુરતી રીતે ખુલ્લી હવા લેવી. માફકસર કામકાજમાં નિયમિત રીતે રોકાયલા રહેવું,** પણ તે સંબંધમાં એટલું યાદ રાખવાનું છે, કે મધ્યમ પણાની હદ ઓળંગી ગજા ઉપરાંતનો શ્રમ કરવો નહિ; **વખતો વખત ખાસીયતોમાં ફેરફાર કરતા રહેવું,** અર્થાત્ ટેવના ગુલામ બનવું નહિ; અને જે **બાબતો ઉઘાડી રીતે તંદુરસ્તીને હાનિકારક છે એવી બાબતોથી દૂર રહેવું.**" આપણે માટે તો આ અને એવા બીજા નિયમોને અનુસરવું એ જ અવશેષ રહેલું છે. આપણા પૂર્વજો, જે હજારો વર્ષ પર્યંતનું નિરામય જીવન ગુજારતા હતા તે આવા નિયમોને દૃઢતા પૂર્વક અનુસરવાની તેમની વૃત્તિને જ આભારી હતું, કાળે કરી જેમ જેમ આ નિયમોની અવગણના કરાતી ગઈ તેમ તેમ રોગનો પગ પેસારો થતો ગયો અને જીવન અવધ અતિ ટુંકી થતી ચાલી. રોગ એ બીજું કંઇ નહોતાં માત્ર આ કુદરતી નિયમોના ભંગની સજા જ છે. સરકારી નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરનાર સાચા જૂઠા પૂરાવા ઉભા કરી કદાચ બચી શકે; પરન્તુ કુદરતી કાનુનોની અવગણના કરનાર ગમે તેવા ઉપાયે પણ સજામાંથી મુક્ત થઇ શકતો નથી. જેવો ગુનો તેવી ઘટતી સજા થાય જ છે. કુદરતી કાનુનોને નહિ અનુસરવાથી જ્યારે સજા થયાં જ કરે છે, ત્યારે જેઓ એ નિયમોની છેક જ અવગણના કરી, સ્વચ્છંદી બની એ નિયમોથી કેવળ વિરૂદ્ધ પ્રકારના વર્તનનું સેવન કરવા મંડી પડે ત્યારે

તે કેવા પ્રકારની સજામાં સડયા કરે એ સહજ વિચારણીય છે. આપણી આરોગ્ય વિષયક આટલી બધી ખરાબી તે કોઇ આવા જ કારણને આભારી હોય એમ લાગે છે. જે મહાન્ રોગથી પીડાતાં મનુષ્યોને આપણે જોઇએ છીએ તેમાંનાં ઘણાંક તો, માત્ર કુદરતી કાનુનોને નહિ અનુસરવા પણાથી નહીં, પરંતુ સ્વચ્છંદી બની કુદરતી નિયમોથી તદ્દન ઉલટા જ પ્રકારનું વર્તન ચલાવવાથી એવા રોગનાં ભોગ થઈ પડેલાં દષ્ટિગોચર થઇ શકે છે. આ વિરૂદ્ધ પ્રકારનાં વર્તનો પૈકી અત્રે માત્ર બે જ બાબતો વિષે વિચાર કરવાનો ઉદ્દેશ છે, અને તે બે બાબતો આ છેઃ—(૧) દુર્વ્યસનોનું સેવન. (૨) ઉંટવૈદ્યોનો આશ્રય.

દારૂ.

શારીરિક તંદુરસ્તીને સૌથી વધારે નુકસાન કારક દુર્વ્યસન દારૂનું છે. અફીણ, તમાકુ, ભાંગ, ગાંજો આદિ કેફી પદાર્થોનું સેવન, એનો સમાવેશ પણ દુર્વ્યસનમાં જ થાય છે; છતાં એ સઘળામાં શરીરની પાયમાલી કરવામાં દારૂનો નંબર પહેલો છે. આમ હોવાથી જ સર્વ પ્રકારના ધર્મશાસ્ત્રકારો અને આરોગ્ય શાસ્ત્રમાં કુશળ એવા વિદ્વાનો એકે અવાજે દારૂનું સેવન નહિ કરવા, અરે તેનો સ્પર્શ સુદ્ધાં પણ કરવાની મના કરી રહ્યા છે; શ્રી મનુ ભગવાન મનુસ્મૃતિના ૧૧ મા અધ્યાયમાં પ્રબોધે છે કેઃ—

"सुरा वै मलमन्नानां पाप्मा च मलमुच्यते ।
तस्माद् ब्राह्मणराजन्यौ वैश्यश्च न सुरां पिबेत् ॥९३॥
गौडी पैष्टी च माध्वी च विज्ञया त्रिविधा सुरा ।
यथैवैका तथा सर्वा न पातव्या द्विजोत्तमैः ॥९४॥
यक्षरक्षः पिशाचान्नं मद्यं मांसं सुरासवं ।
ब्राह्मणेन न पातव्यं देवानामश्नता हविः ॥९५॥
सुरां पीत्वा द्विजो मोहादग्निवर्णां सुरां पिबेत् ।
तया सकाये निर्दग्धे मुच्यते किल्बिषात्ततः ॥९६॥

અર્થાત્–"દારૂ તે અન્નનો મલ છે, અને મલ, પાપ કહેવાય છે. તેથી બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય અને વૈશ્યોએ દારૂ પીવો જોઈએ નહિ, ગોળનો, લોટનો અને મહુડાનો એમ ત્રણ જાતનો દારૂ જાણવો. જે પ્રમાણે એક છે તે પ્રમાણે બધા છે, (એકમાં જે ગુણ છે તે સઘળામાં છે) તો તે ત્રણે જાતિએ પીવો જોઈએ નહિ. મધ, માંસ, સુરા અને આસવ એ બધાં પિશાચનાં અન્ન છે, તેનો દેવતાનું અન્ન ખાનારા બ્રાહ્મણે અંગીકાર ન કરવો. ત્રણે વર્ણવાળા અજાણે પણ સુરા પીએ તો તેણે અગ્નિવર્ણી સુરા કરી પીવી, તેથી શરીર બળી જવાથી તે પાપથી મુક્ત થાય છે."

કુરાન શરીફના ૭ મા ભાગની ૬ઠ્ઠી સુરતમાં ઉપદેશ્યું છે, કેઃ—

" હે મુસલમાન (ઈમાનવાળા), લોકો, દારૂ (નિ-

થાવાળી ચીજો), એ પલીત છે, અને એ સેતાનનાં કામ છે. તેનાથી દુર રહેા તેા તમે સ્વર્ગ પામી શકશેા સેતાન તેના (દારૂ) વડે તમારામાં દુશ્મનાઈ અને અદાવત દાખલ કરે છે, અને અલ્લાથી તથા નિમાઝથી તમને દૂર રાખવા ચાહે છે, માટે તમે દારૂ અને જુગારથી દૂર રહેા.”

બાઇબલમાં પણ કહેલું છે, કે દારૂના વ્યસનીને સ્વર્ગ મેળવવાનેા અધિકાર નથી. તેમ જ પારસીઓના ધર્મમાં પણ દારૂના વ્યસન માટે સખ્ત મનાઇ છે. આ પ્રમાણે સર્વ ધર્મ દારૂના વ્યસનથી દૂર રહેવાનું ફરમાન કરે છે.

ધર્મનું આવું ફરમાન છતાં શાસ્ત્રવચનનું ઉલ્લંઘન કરી ઘણા મનુષ્યેા દારૂના ઉપાસક બની રહ્યા છે અને તે ખરેખર! પરમ દુર્ભાગ્યની વાત છે. દારૂથી અનેક કુટુંબેા પાયમાલ થયાં છે અને થતાં જાય છે એમ જાણવા છતાં પણ તેના વ્યસનીની સંખ્યામાં વધારેા જ થતેા જોવામાં આવે છે. દારૂએ આપણા દેશમાં કેટલેા બધેા પગ પેસારેા કર્યો છે તે બાબતમાં સુપ્રસિદ્ધ ડાકટર ત્રિભુવનદાસ જણાવે છે, કે:—*“જેને વિષે આપણે સ્વપ્નામાં પણ શક ન રાખીએ, તેના ગેાખલાઓ અને કબાટને ખુણે શરબતના નામ તળે અગર ઔષધની સંજ્ઞામાં શરાબની એક બાટલી પડી હેાય છે. × × × કન્યાકુમારીથી હિમાલય પર્યંત અને કલકત્તાથી દ્વારકા પર્યંત, આ કાળને અનુસરી, દારૂએ પ-

* જુએા—“આરેાગ્યતા અને સ્વચ્છતા” એ નામનું પુસ્તક.

૯૪૪૨

ગલું માંડયું છે. મુસલમાની શરાબના ધિક્કારની સામે દારૂએ પોતાનો જય મેળવવા માંડયો છે. હિંદુના પવિત્ર ધામ અને શુદ્ધ હૃદયમાં દારૂએ પ્રવેશ કર્યો છે, ઓરતના જેવી વહેમી, પવિત્ર અને જૂના ચાલને મજબુતીથી વળગી રહેનાર જાતિમાં પણ દારૂના પ્યાલાની પ્રીતિ દાખલ થઇ ગઇ છે." આર્ય સંતાનો માટે આ ઓછું અફસોસકારક છે? !

દારૂનો આટલો બધો પ્રચાર આ દેશમાં યુરોપીય પ્રજાના સહવાસ પછી થયેલો જોવામાં આવે છે. યુરોપીય પ્રજાના સમાગમથી આપણને અનેક વિધ લાભો થયા છે પરન્તુ કોઇ પણ પ્રકારના વિવેક વગર ખોટું અનુકરણ કરવાની આપણામાંના મોટા ભાગની વૃત્તિને પરિણામે સાથે સાથે કેટલાંક નુકસાનો પણ થયાં છે. આ નુકસાનોમાંનું "દારૂ" એ એક મહાન્ નુકસાન છે. એના વ્યસનથી તન, મન, અને ધન એ ત્રણેની પાયમાલી થાય છે. વ્યસની જાતે એકલો હેરાન થાય છે એટલુંજ નહિ, પરન્તુ તેનું આખું કુટુંબ પાયમાલીમાં મૂકાય છે. દારૂના વ્યસનથી શરીર, નીતિ અને ધન ઉપર કેવા પ્રકારની અસરો થાય છે તે વિષે જુદા જુદા વિદ્વાનોના અભિપ્રાયો આ સ્થળે અવતારવા યોગ્ય જણાય છે:-

ડૉ. ત્રિભુવનદાસ જણાવે છે, કે:—

"પ્યાલા જે દારૂ તણા, તે તો ભાલા તુલ્ય;
તન, ધન, અક્કલ, આબરૂ, આયુષ્ય હરે અમૂલ્ય.

× × ×

"સારી હાલતમાં દારૂની બિલકુલ જરૂર નથી એવો દરેક દાક્તર તથા સુજ્ઞ પુરૂષોનો મત છે. દારૂથી મગજમાં બિગાડ થાય છે, દારૂના વ્યસનથી ચહેરો અને આંખ લાલ થઇ આવે છે, તે લોહીના ભરાવાથી થાય છે. તેવો જ લોહીનો ભરાવો મગજ પર થાય છે, તેથી બુદ્ધિમાં ઘટાડો થાય છે. સ્મરણશક્તિ અને વિચારશક્તિ મંદ પડે છે. દારૂ વિશેષ પીવામાં આવે છે, તો પીનારની જીભ અટકે છે, તે ચાલવામાં લથડીઆં ખાય છે, અને બોલવામાં ગફલત કરે છે, કોઇને ગાળો ભાંડે છે અને મારવા દોડે છે, કોઇ વાર પડે આથડે છે અને શરીરને નુકસાન થાય છે. તેથી પણ વિશેષ દારૂ પીનાર બેશુદ્ધ થઈ જાય છે. તે બેશુદ્ધિમાં મરી જાય છે, અથવા કેટલાક કલાક પછી શુદ્ધિપર આવે છે."

× × × ×

"ડિલિરિયમ ટ્રીમેન્સ એટલે કંપવા, અને ભ્રમ નામનો રોગ દારૂ પીનારાઓને થાય છે. ટુંકામાં કલેજું, ફેફસાં, મગજ, મૂત્રપિંડ વગેરે શરીરના મુખ્ય અવયવોની પડતી દશાનું કારણ દારૂ થઇ પડે છે. થોડો દારૂ પીનાર ઓરતોમાં પણ આવો ફેરફાર જોવામાં આવે છે.

"ક્ષય જેવા ભયંકર અને બીજા અનેક વ્યાધિનું મૂળ દારૂનું વ્યસન થઇ પડે છે, પોલિસ કોર્ટમાં જોશો તો દારૂના પાપથી ગુનાહની મોટી સંખ્યા માલમ પડશે."

§ "દારૂ પીવાથી શરીરમાં અનેક જાતના રોગ થાય છે.

---

§ "ગદ્ય પદ્ય સંગ્રહ"

શરીર નબળું પડે છે અને તેથી બુઢાપો વહેલો આવે છે. વસ્તીનો મોટો ભાગ ન્હાની ઉમ્મરમાં અશક્ત થઈ તેઓની મગજ શક્તિ નબળી પડી જાય છે. માનસિક શક્તિની ખીલવણી અટકી પડે છે. તથા દીવાનાપણાના પ્રમાણનું પણ તે એક કારણ થઇ પડે છે. ગરીબ માણસો મહા મહેનતે જે પૈસા બચાવે છે. અને પોતાનું ગુજરાન મહા મુસીબતે ચલાવે છે તેમાં તે વ્યસનથી બહુ તંગી પડે છે. પોતાનાં છોકરાંના ખોરાક અને પાલન–પાલન માટે જે પૈસા ખર્ચવા જોઇએ તેને બદલે મૂર્ખ લોકો તે પૈસા આવી કેફી ચીજોના ઉપયોગમાં ખર્ચે છે. અને છેવટે એનું એવું અણઘટતું પરિણામ આવે છે, કે દેવાદાર થઈ પડે છે. કેફીપણાની આદતથી લોકો પોતાની રોજીંદી મહેનત તથા ધંધો નિયમિત કરી શકતા નથી અને સુસ્ત બની જાય છે. તેઓના જ્ઞાનતંતુઓ ક્ષીણ થઇ જઈ છેવટે તેઓ કામ કરવાને તદ્દન નાલાયક થઈ પડે છે. સાધારણ રીતે ગરીબાઈ તથા સંકટનું મૂળ દારૂ વગેરે કેફી ચીજો જ થઈ પડે છે.

"નીતિના નિયમ પ્રમાણે તપાસીએ તોપણ માણસ કેફી વસ્તુઓનો ગુલામ બની જાય છે. મગજ ઉપર પોતાનો કાબુ રહેતો નથી અથવા તે તદ્દન નબળો બની જાય છે. સ્વમાનમાં ઘટાડો થાય છે. કેફી પીણાની લાલચ માટે તે કોઇ પણ જાતનું હલકું કામ કરતાં અચકાતો નથી. માણસનો સ્વભાવ ચીડીઓ અને થોડી થોડી વારમાં ઉશ્કેરાઇ જાય એવો બનાવી દે છે. પીનારાને કજીઆ ખોર બનાવી દે છે.

છાકટો માણસ પોતાના કુટુમ્બના માણસોમાં તથા મિત્રોમાં મારફાડ કરે છે. તથા અંદર અંદર કજીઆ તથા કલેશ ઉત્પન્ન કરે છે. ”

ઇ. સ. ૧૭૨૫માં ડૉ. જ્યોર્જસન પોતાના એક પુસ્તકમાં લખે છે, કે “ કુદરત અને તેના બનાવનારે દારૂઓને શરીરના પોષણ અર્થે કે સાધારણ પીણા તરીકે નિર્માણ કરેલ નથી. સ્પિરીટ, મનુષ્યમાં મરકીરોગ કરતાંએ વધારે હાનિ કરેછે. ” ઇ. સ. ૧૭૪૭ માં ડૉ. જેમ્સ લખે છે, કે “ દરેક પુરૂષ જે દારૂનું ગ્લાસ પીએ છે તે એક ઘરને આગ લગાડી બાળી મૂકવા કરતાં વિશેષ અપરાધી છે. ”

આ પ્રમાણે દારૂના વ્યસનથી શારીરિક, નૈતિક અને આર્થિક હાનિની સાથે મનુષ્યો પાયમાલ થઇ જાય છે એટલું જ નહિ, પરન્તુ પોતાના આપ્તવર્ગને પણ અવનત સ્થિતિમાં મૂકે છે એમ સઘળા ધર્મશાસ્ત્રકારોનો અને સુજ્ઞ પુરૂષોનો અભિપ્રાય છે. આમ છતાં દારૂ પીનારાઓ તેના સેવનની તરફેણમાં અનેક પ્રકારના લાભ ગણાવી અવનવી દલીલો રજુ કરતા જોવામાં આવે છે. તેઓ જણાવે છે, કે તેનાથી શરીરમાં ચેતન આવે છે, ખાધેલું પાચન થઈ ભૂખ લાગે છે, ગમે તેવા શારીરિક પરિશ્રમની અસર દૂર થઇ જાય છે, ઠંડીની અસરથી બચવાનું અચ્છું સાધન છે અને એ આદિ કેટલાક લાભો છે.. દલીલની ખાતર કદાચ માની લઇએ કે તેમનું આ કહેવું સાચું છે; છતાં સાથે સાથે ઉંડો વિચાર કરવાથી તરત જ સ્પષ્ટ થઈ શકે કે

દારૂ પીધા પછી જે ચેતન જેવું જણાય છે તેનાથી અધિક મંદતા તેનો નીશો ઉતરી ગયા પછી માલૂમ પડે છે. અને વ્યસની મડદાલ જેવો અશક્ત અને નિસ્તેજ જણાય છે. ભૂખ લાગવા જેવું જે લાગે છે તે ખરેખરી ભૂખ હોતી નથી. જે ભૂખ ખોરાકને પચાવી શરીરમાં નવું લોહી ઉત્પન્ન કરે છે તેવી ભૂખ તે નથી હોતી. ખરી રીતે તો તેનાથી ભૂખ મરી જાય છે અને પાચનક્રિયા ઘણી જ મંદ પડી જાય છે. શારીરિક શ્રમહર્તા દારૂ લાગે છે તેનું કારણ તેનો નીશો છે; પરન્તુ નીશો ઉતરી ગયા પછી શિથિલતા વધી પડતાં થાકની અસર ઘણા જબરા પ્રમાણમાં માલૂમ પડે છે એટલું જ નહિ; પરન્તુ કામ કરવાની શક્તિ પણ ધીમે ધીમે નષ્ટ થતી જાય છે. દારૂથી ઠંડીની અસર નાબુદ થઇ ગરમી પેદા થાય છે એ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. કારણ તે ગરમી ખોટી હોય છે અને શરીરને નુકસાન કરે છે. અને એટલા માટે ઠંડા મુલકોમાં પણ તેના ઉપયોગની જરૂર નથી એવો વિદ્વાનોનો મત છે. મહા કવિ શેક્સપીઅર જણાવે છે, કે " હું વૃદ્ધ દેખાઉં છું, તો પણ જોરાવર અને પુષ્ટ છું; કેમકે મેં મારી જુવાનીમાં મારા લોહીમાં ગરમ ઉકળતા દારૂને દાખલ થવા દીધો નથી. "

આ ઉપરથી સ્પષ્ટ થશે, કે દારૂથી જે ફાયદા થતા જણાય છે તે ક્ષણિક અને ઉપલક છે; છતાં તેનાથી જે નુકસાન થાય છે તે જાથુનું અને સચોટ થઇ પડે છે, તો ક્ષણિક અને કેવળ દેખીતા જૂઠા લાભથી આકર્ષાઇ જાથુને

માટે જાતને પાયમાલ સ્થિતિમાં મૂકવાનું સાહસ કરવું તેમાં શું ડહાપણ સમાયેલું છે ? અરે ! એ તદ્દન મૂર્ખતા જ છે. મનની નબળાઈ માત્ર જ છે અને મનની નબળાઇને અનુસરવું એમાં મનુષ્યત્વ નથી; માટે બંધુઓ ઉઠો, જાગો અને એ નબળાઈ દૂર કરી જાતની પાયમાલીમાંથી બચી અન્યને બચાવી ખરૂં મનુષ્યત્વ પ્રાપ્ત કરવાની તમારી આવશ્યક ફરજ નો વિચાર કરો. નરદેહને આવા મલિન પદાર્થોથી ભ્રષ્ટ કરવો એ મહા પાપ છે એમ અંતઃકરણથી પાકું સમજી કેફી ચીજોના ઉપયોગથી દુર રહેવાના યત્નને દૃઢતા પૂર્વક આદરો. એમ કરવામાં જ તમારૂં — સૌનું કલ્યાણ છે; કારણું તેથી દેશના મોટા ભાગનાં શરીર, મગજ, નીતિ અને માલમતામાં મહાન સુધારો થશે અને એ સુધારો જ આવશ્યક છે—હિતકારક છે. પ્રભુ, આ " વિજયી પલીતનો પરાજય " કરવાનું બલ મારા દેશબંધુઓમાં પ્રેરો એજ અભ્યર્થના ! એજ અભિલાષા !

અફીણ.

દારૂથી ઉતરતું પણ શરીરને નુકસાનકારક બીજું વ્યસન અફીણનું જોવામાં આવે છે. અફીણના બંધાણીની આકૃતિ જ આ વ્યસનથી થતાં નુકસાનનું સંપૂર્ણ ભાન કરાવવાને પૂરતી છે. તેઓ ફીક્કા, નિર્માલ્ય અને એદી જેવા બની ગયેલા જોઈ શકાય છે. અફીણ, એ ખ-

ખસખસના છોડવાઓમાંથી નીકળતો રસ છે. તેનો સ્વાદ કડવો અને ગુણમાં ઝેરની ગરજ સારે છે. અફીણ નહિ ખાનારના ખાવામાં આવતાં જીવન નષ્ટ થાય છે.

અફીણનું વધારે સેવન કરવાનો ચાલ આપણા દેશમાં મુસલમાની રાજ્ય સાથે દાખલ થયો હોય એમ લાગે છે. અને હાલમાં દારૂનું વ્યસન વધી પડતાં તેના વ્યસનીઓમાં એકંદરે ઘટાડો થયેલો જોવામાં આવે છે. તોપણ પાટીદાર, કાઠી, રજપૂત, ઠાકરડા વગેરે જાતિમાં તેનો ઉપયોગ વધારે પ્રમાણમાં થતો જોવામાં આવે છે. અરે! જે અફીણના સેવને તેમને નિસ્તેજ અને નિર્વિર્ય બનાવી હમેશને માટે પરવશતામાં ફેંકી દીધા છે તે જ અફીણ તેઓનો "દેવ" થઇ પડયો હોય તેમ તેની સેવા કરવામાં આવે છે! મોજ શોખમાં અફીણ, સારા નઠારા પ્રસંગે અફીણ, પરોણાગતમાં અફીણ, તકરારના સમાધાનમાં અફીણ અને એવી રીતે તેઓના સઘળા પ્રકારના વ્યવહારમાં અફીણની સેવા કરાતી જોવામાં આવે છે. વળી કેટલીક અજ્ઞાન માતાઓ પોતાની અનુકૂળતા ખાતર પોતાનાં નિર્દોષ બાળકોને અફીણ ખવ-રાવવાનું પસંદ કરે છે અને તેથી તેમાંનાં કેટલાંકને જન્મ-ભરના રોગો લાગુ પડે છે. કેટલાંક જન્મ પર્યંત શુષ્ક રહે છે તો કેટલાંકને ઝાડો કબજ રહી સુંક, આંચકી ઇત્યાદિ રોગો લાગુ પડે છે. ઓછા વધારે પ્રમાણમાં ખવરાવવાની ભૂલ થતાં કેટલાંક બાળકો મરણને શરણ થતાં પણ જાણ-વામાં યા જોવામાં આવે છે.

આ વ્યસન દેખાદેખી કે મોટાઇની ખાતર પડતું જોવાય છે. કેટલાક તેનો પ્રથમ ઝાડા, ઉધરસ આદિ દરદને દબાવી દેવામાં ઉપયોગ કરે છે અને પાછળથી તે વ્યસનરૂપ થઇ જાય છે. આ વ્યસનથી શરીરની છેક જ પાયમાલી થાય છે. અફીણનો નીશો ઉતરી જાય અને પછી તેને મેળવતાં વાર લાગે તો બંધાણીના હાથ પગ તોડાય છે, શરીર શિથિલ થઈ જાય છે, ઝાડા થઇ જાય છે અને એમ છેક જ નંખાઇ જાય છે. વળી તેનાથી થતા નુકસાન તરફ ધ્યાન ખેંચતાં ડૉ. ત્રિભુવનદાસ જણાવે છે, કે "અફીણ ખાનારનું નૂર ઉડી જાય છે, તેનો ચેરો ફીક્કો અને ગાલ બેસી ગયેલા હોય છે. મોઢા પરથી તરત બંધાણી છે એમ તેઓ ઓળખાઇ આવે છે. તેને ઝાડાની કબજીયત રહે છે, ક્ષુધા બરાબર હોતી નથી, શરીર નબળું અને અશક્ત થાય છે; આંખોમાં ખાડા પડે છે, અને અફીણ લીધા પછી કેટલાક કલાક તે ખાનારા ઝોકાં ખાયા કરેછે. તે કેટલેક દરજ્જે નિરૂપયોગી અને નકામા થઈ પડે છે. અફીણને લીધે મગજ બગડે છે અને મગજની ઉત્તમ શક્તિઓ મંદ પડી જાય છે. બંધાણીમાંના કોઇ કોઇને આંચકી, ફેફરૂં, આંખનાં દરદ, લકવો ઇત્યાદિ પેદા થાય છે." અને આ સઘળા પરથી જોઇ શકાય, કે મનુષ્ય જાતિને વ્યસન તરીકે અફીણ અતિ હાનિકારક અને વિનાશક છે. અને આરોગ્યની ખાતર તેનો સર્વથા ત્યાગ કરવો ઘટે છે.

૧૯

તમાકુ.

અસરમાં ત્રીજે નંબરે, છતાં એકંદરે શરીરની તંદુરસ્તીને વિઘાતક ત્રીજું વ્યસન તમાકુનું છે. તમાકુ આપણા દેશની મૂળ પેદાશ નથી એમ ઘણા વિદ્વાનોનું માનવું છે. તેનું મૂળ ઉત્પત્તિસ્થાન અમેરિકા ગણવામાં આવે છે. ઇ. સ. ૧૪૯૨ માં જ્યારે કૉલંબસ અમેરિકા ગયેલો ત્યારે ત્યાંના વતનીઓને તમાકુ પીતાં તેણે જોયેલા. તેની સાથેનાં માણસો તે સ્પેનમાં લઇ આવેલાં અને એમ યુરોપમાં તેનો ફેલાવો થયેલો. ઇ. સ. ૧૫૮૬ માં સર વૉલ્ટર રેલેનાં માણસોએ તેને ઇંગ્લાંડમાં દાખલ કરેલી, અને ૧૬૦૧ માં પોર્ટુગીઝો જ્યારે આપણા દેશમાં આવ્યા ત્યારે તેઓ પોતાની સાથે તમાકુ લાવેલા અને એમ અહીં તેનો પ્રસાર થવા પામેલો. આ પ્રમાણે વિચારતાં તમાકુનો પ્રસાર આપણા દેશમાં છેલ્લાં ત્રણસો વરસથી થયો છે અને તે દરમ્યાન તેણે મનુષ્ય મનપર એટલો બધો વિજય મેળવ્યો છે, કે નાનામાં નાના ગામડાના કે દૂરના ખૂણામાં પડેલો મનુષ્ય પણ તેના સપાટામાંથી બચી જવા પામ્યો નથી!

'આપણા દેશમાં જે તમાકુ થાય છે તે બે પ્રકારની છે. (૧) જેની ગડાકુ બનાવવામાં આવે છે તે કાળી, અને (૨) જરદો, વળી તેમાં ત્રણ પ્રકારનાં માદક તત્ત્વ હોય છે. (૧) નીકોટીન નામનો ચીકણો તેલ જેવો પદાર્થ.

આ તત્ત્વ એટલું બધું ઝેરી છે, કે તેનું એક ટીપું કૂતરાના ખાવામાં આવ્યું હોય તો તે તરતજ મરી જાય છે. વળી જે ભાગમાં તેનું ટીપું પડે તેની આસપાસની હવા પણ ઝેરી બની જાય છે. (૨) તેલ જેવો કડવો પદાર્થ હોય છે. તેને નાકે લગાડતાં છીંક આવે છે અને ખાવાથી ફેર આવે છે. અને વમન થાય છે. (૩) તીખાસ વાળું તેલ હોય છે તે પણ ઝેરી હોય છે.' જે મનુષ્યો તમાકુનો ઉપયોગ કરે છે તેના પર આ ત્રણે પ્રકારનાં તત્વો અસર કરે છે. વળી તે તત્ત્વો ઝેરી હોઈ તેની અસર શરીર ઉપર કેવી થવી ઘટે છે તે સુસ્પષ્ટ છે.

તમાકુનો ઉપયોગ ખાવામાં, સુંઘવામાં અને પીવામાં કરાય છે. પુરૂષ વર્ગમાં જેમ મોટા ભાગે તમાકુનો પીવા તરીકે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે તેમ સ્ત્રીઓ તેનો સુંઘવામાં ઉપયોગ કરે છે. તમાકુ પીવાનો ઉપયોગ બે રીતે કરાય છે. (૧) ગડાકુ બનાવી હુકા કે ચલમમાં અને (૨) જરદો, ચલમમાં યાતો બીડી તથા ચીરૂટ બનાવી પીવામાં આવે છે. રજપૂત, કોળી, પાટીદાર, મુસલમાન, વગેરે લોકો હુકો પીએ છે, અને બીડીનો વાપરતો આજકાલ સર્વ સામાન્ય થઇ પડયો છે. અફીણ ખાઇ હુકો પીવાની દશામાં રજપૂતો અને મુસલમાનોએ રાજ્ય ગુમાવ્યું; છતાં તેની ગુલામગીરીમાંથી છૂટવા પામ્યા નથી !

તમાકુની અસર શરીર ઉપર ઘણી જ ખરાબ થાય છે. છીંકણી તૈયાર કરનારાઓને દમ અને ક્ષય આદિ રોગો

લાગુ પડે છે, અને તેવી જ સ્થિતિ સુંઘનારની પણ થતી જોવામાં આવે છે. વળી નાકમાં ચાંદીઓ પડે છે તેમજ માથાનાં, ગળાનાં અને પેટનાં અનેક દરદો થાય છે. સુંઘવાની શકિત પણ નાશ પામે છે. તમાકુ ખાવાથી ઉપરનાં દરદો ઉપરાંત દાંતને પણ હાનિ થાય છે, અને તેથી ખાવામાં અડચણ આવતાં પેટના અનેક વ્યાધિઓનો ઉપદ્રવ થાય છે. આ ઉપરાંત તમાકુથી થતી અસર વિષે વર્ણન કરતાં એક વિદ્વાન્ ડૉકટર જણાવે છે, કે "તેનાથી ફેર, ઉલટી, અશકિત થાય છે. નાડી નરમ પડે છે. ચેરો ફીકો પડે છે. શરીર ટંડુ થઇ જાય છે, જો વધારે ખાવા અથવા પીવામાં આવી હોય તો તાણ અને પક્ષવાયુ થાય છે. તેમ મોમાં ભયંકર ચાંદીઓ થાય છે. પેટમાં દરદ થાય છે, લોહીનું ફરવું પણ નરમ પડી જાય છે, ને કોઇ કોઇ વખતે આંખે દેખાતું નથી ને બેશુદ્ધ થઇ માણસ મરી જાય છે. ડૉ. માર્શલ હાલ જણાવે છે, કે "એક માણસે બે તમાકુની ચલમો પીધી તેથી તેને ઉલટી થઇને બેશુદ્ધ થયો ને પાછળથી તાણ થઇ." ડૉ. ત્રિભુવનદાસ લખે છે, કે "તમાકુથી આંખના વ્યાધિ, મગજનાં દરદ અને છાતીના રેાગનેા ઉદ્દ્ભવ થાય છે. વિના કારણ વ્યસનને તાબે થવું એ નીચ અને ધિક્કાર ભરેલું છે."

તમાકુથી શરીરની તંદુરસ્તીને આટલી બધી હાનિ પહોચે છે એ હકીકત જાણવા અને અનુભવવા છતાં પણ તેનો આટલો બધો ફેલાવો કેમ થતો જાય છે એમ આ

સ્થળે સ્વાભાવિક રીતે પ્રશ્ન થાય છે. આ સંબંધમાં એક *વિદ્વાન્ ડૉક્ટરના વિચારો મનન યોગ્ય હોઇ અત્ર ઉતારવા ઉચિત લાગે છે; મનુષ્ય જાતિનો સ્વભાવ એવો છે, કે કોઇ પણ નકારી વાત ઉપર તરત તેના મનની પ્રવૃત્તિ થઇ જાય છે. આનું બીજું કારણ એમ છે કે એક દેશથી બીજા દેશમાં નવી ચીજ ગઇ, તો ત્યાંના લોકો તેનો નવાઇ તરીકે ઉપયોગ કરવા, ગાડરીયા પ્રવાહની પેઠે ઉપરાઉપરી પડે છે, અને દરેક વ્યસનની એક વખતે ટેવ પડી તો અંગ્રેજી કહેવત “Habit is a second nature” (ટેવ એક સ્વભાવ થઇ જાય છે। પ્રમાણે તે છૂટતી નથી, અને પેઢી દર પેઢી તે વ્યસન વધતું જાય છે. તે પ્રમાણે જ આ તમાકુના વ્યસનનું થયું છે.” પુનામાં સને ૧૮૯૨ ના નવેમ્બર માસમાં “મિસ્તર ફ્રેન્સ” નામના એક ખ્રિસ્તી ધર્મોપદેશકે દારૂ ઉપર ભાષણ કરતાં કહ્યું હતું કે “આ દેશમાં દારૂનો પ્રસાર દેશીઓમાં, અંગ્રેજ લોકોનું જોઇ થયો છે. અને વિશેષે રાજકર્તાઓ જે કાંઇ કરતા હશે તે સારૂં જ હશે એમ ધારી ઇતર લોકો પણ તે પ્રમાણે જ કરે છે. તેમણે જણાવ્યું કે ઇંગ્લાંડમાં પણ આ પ્રમાણે થતું. ત્રીસ વર્ષ પહેલાં આપણાં મહારાણીજીના મોટા ચીરંજીવીનાં વહુજી સાહેબને અકસ્માત એક પગે ઇજા થવાથી ખોડંગતાં ચાલવા લાગ્યાં. તેમને જોઇને બીજી દરબારી બધી સ્ત્રીઓએ પણ તેમ જ કરવા માંડ્યું. ને દરેકે પોતાના જોડા શીવનારને

* ડૉ. જૉસફ બેનજ.મીન બામનોલકર.

પોતાના એક જોડાની એડી બીજા જોડા કરતાં એક ઇંચ નાની કરવા ફરમાવ્યું. તેવા જોડા પહેરી તેઓ પણ ખોડંગતી ચાલવા લાગી. એમ કેટલાક દિવસ સુધી ચાલ્યું. તેથી તે બાઈ સાહેબે તેઓને કહ્યું કે તમે બધાં શું મારી મશ્કરી કરવા ખોડંગતાં ચાલો છો? ત્યારે તેઓએ કહ્યું. ના બાઇસાહેબ, આપ ચાલો છો તેવી રીતે ચાલવું સારૂં હશે એમ ધારી અમે પણ તે પ્રમાણે ચાલીએ છીએ. ત્યારે તેમણે કહ્યું કે મારે પગે ઇજા થઇ છે માટે હું આમ ચાલું છું. આ ખરી વાત તેમને જ્યારે જણાઇ ત્યારે મનમાં બહુ પસ્તાવો કરી સીધી રીતે ચાલવા માંડયું." "તમાકુના વ્યસનનું ઉપરની વાતમાં જણાવ્યા પ્રમાણે દારૂની પેઠે જ થયું છે. હાલ દિલગીરીની વાત એ છે, કે અભણલોકો તેનો ઉપયોગ કરે છે એટલું જ નહિ, પણ કેટલાએક સારા ભણેલા વિદ્વાન્ ગૃહસ્થો બીડી યા ચીરૂટ મોંમાં ઘાલી પીતા આમ તેમ ફરતા જોવામાં આવે છે. આ કેટલી શોચનીય વાત છે! તેમનો દાખલો જોઇને બીજા લોકો પણ તે પ્રમાણે કરવા મંડી જાય છે. કેમકે તે લોકો એમ સમજે છે, કે જે વિદ્વાન્ લોકો કરતા હશે તે બધું સારૂં જ હશે. ને ભણેલા લોકો તો, કેટલાએક અંગ્રેજી અમલદારો ચીરૂટ પીએ છે તે પ્રમાણે, સાહેબ લોકશાહી પોતે પણ વર્તવા જાય છે."

આ પ્રમાણે તમાકુનું સેવન માત્ર દેખાદેખી અને કોઇ પણ જાતના હેતુ વગર કરવામાં આવે છે અને પરિણામે

ટેવ બની તન, મન અને ધનની ખુવારી કરે છે. આમ છતાં નવાઇની વાત તો એ છે, કે તેના વ્યસનીઓ તેની તરફેણમાં પણ અનેક પ્રકારની દલીલો રજુ કરે છે. તેનાથી અનેક ફાયદા થાય છે એમ જણાવી તેનાં બહુવિધ વખાણ કરતા માલૂમ પડે છે. તપખીરનાં વખાણ કેવા પ્રકારે કરવામાં આવે છે, તે સંબંધમાં નીચેની પંક્તિઓ આનંદની સાથે તિરસ્કાર પ્રકટાવશેઃ—

"તપખીર લીઇ મુનિ તાપસને તબહી સનકાદિકે એ મન ધાર્યો,
દત્ત, દીગંબર, નારદ, સારદ, વ્યાસ લીઇ જબ વેદ ઉચ્ચાર્યો.
એહી તપખીર વસી જબ અવધપુરી, રામ લીઇ જબ રાવણ માર્યો."

અને એ પ્રમાણે ચલમ અને હુક્કાના સંબંધમાં પણ અનેક વખાણો કરાતાં સાંભળવામાં આવે છે. પણ તે વખાણોમાં રહેલી અતિશયોક્તિ જ બતાવી આપે છે, કે તે એક ઘેલછામાં કરાયેલી તરંગી કલ્પના માત્ર જ છે. વળી તમાકુના સેવનથી ઝાડો સાફ આવે છે, ખાધેલું પચે છે, કંટાળાના પ્રસંગે આરામ આપે છે, માથાનો દુઃખાવો દૂર કરે છે અને એવા બીજા લાભો થાય છે એમ તેનું સેવન કરનારનું કહેવું થાય છે. આ કથનમાં કદાચ સત્ય હશે તોપણ તેનું દવા તરીકે સેવન કરનારને જ એ લાભો થવા સંભવિત હોઇ શકે. બાકી વ્યસનીને એ લાભો થવા અશક્ય છે એટલું જ નહીં; પરન્તુ નુકસાન જ થાય છે. અને એટલા માટે વ્યસન તરીકે તેનો ઉપયોગ કરવાથી દૂર રહેવું એ આરોગ્ય પ્રાપ્તિને માટે ઘણું આવશ્યક છે. બીડીના

વ્યસનથી થતાં નુકસાનો નીચેની બે લીટી પરથી સ્પષ્ટ થઇ શકશે અને તે પરથી પણ લક્ષમાં આવી શકે, કે વ્યસન તરીકે તમાકુ મહાન્ અનર્થક છે.

"બીડી પીનારા તણી બુદ્ધિ ઓછી થાય,
કાળજડે ચાંદી પડે આંખે અંધા થાય."

શું આ નુકસાન નાનું સુનું છે? બુદ્ધિ ગઇ, કાળજું બળી ગયું અને આંખે અંધાપો આવ્યો પછી મનુષ્યમાં મનુષ્યત્વ તરીકે અવશેષ શું રહે છે? જીવનની ઉપયોગિતા પણ શી રહી? કદાચ આ કહેવામાં અતિશયોક્તિ હશે તોપણ એથી શારીરિક આરોગ્યને ખલલ પહોચે છે એ નિર્વિવાદ છે અને તેથી પ્રત્યેક મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે કે આ કેફી ચીજોના ગુલામ ન બનાય, તે માટે હમેશ સાવધ રહેવું. નામદાર ગાયકવાડ સરકારે પણ તમાકુના વ્યસનથી થતાં નુકસાનોને લક્ષમાં લઇ પોતાના રાજ્યમાંના જુવાનીઓ તેના વ્યસનમાંથી મુક્ત રહી શકે એટલા માટે એક કાયદો કરી પોતાની પ્રજા ઉપર મહાન્ ઉપકાર કર્યો છે. બ્રિટિશ રાજ્યમાં અને બીજાં દેશી રાજ્યોમાં પણ આ વ્યસન ઉપર અંકુશ મૂકાય એ ઇચ્છવા જોગ છે.

ભાંગ–ગાંજો.

ભાંગનો ઉપયોગ કરવાનું આપણા દેશમાં ઘણા પ્રાચીન કાળથી પ્રચલિત હોય એમ લાગે છે. વર્તમાન સમયમાં ગુજરાત અને બીજા ભાગો કરતાં ઉત્તર હિંદુસ્તાનમાં તેનો ઉપયોગ વિશેષ કરાય છે, અને ગુજરાતમાં જે લોકો તેનો ઉપયોગ કરે છે તેનો મોટો ભાગ સાધુ અને વેરાગીનો જોવામાં આવે છે. **પરમાત્મા શ્રી શંકર ભગવાન** ભાંગનો ઉપયોગ કરતા હતા એમ માની લઈ તેને ધર્મનું સ્વરૂપ આપી તેનું સેવન કરાતું જોવામાં આવે છે; પરન્તુ ધર્મશાસ્ત્રમાં તેનો ઉપયોગ કરવાનું ફરમાન હોય એવું કોઈ સ્થળે પણ જોવામાં આવતું નથી.

ભાંગ એ વનસ્પતિની પેદાશ છે. તેનું ઝાડ આશરે છ, સાત ફુટ ઉંચું થાય છે. તેનાં જુદાં જુદાં અંગો જુદા જુદા નામે વ્યસન તરીકે ઉપયોગમાં લેવાય છે અને નિશાની બાબતમાં એક બીજા કરતાં ચડીઆતી અસર કરેછે. (૧) આ ઝાડનાં પાંદડાં તે ભાંગ ને નામે ઓળખાય છે અને તેને ધોઈ તેની સાથે મરી, ખસખસ, વરીઆળી, બદામ આદિ મેળવી ઘૂંટી પાણી બનાવી તેમાં ખાંડ કે સાકર નાંખી પીવામાં આવે છે. તે **લીલાગરને** નામે પણ ઓળખાય છે. (૨) તેમાંથી નીકળતો રાળ જેવો રસ **ચરસને** નામે ઓળખાય છે અને તેનો ઉપયોગ **ચલમમાં** કરવામાં આવે છે. (૩) તેની ટોચ પરનાં ફુલ તે **ગાંજો**

કહેવાય છે અને તેને પાણીમાં ખૂબ મસળી જરદો ભેળવી ચલમમાં ભરી પીએ છે. (૪) તેના ફૂલની કળીઓમાં કેસર, જાયફળ, લવીંગ, સાકર, ઘી અથવા મધ નાખી હલવા જેવાં ચકતાં પાડવામાં આવે છે તેને **માજમ** કહે છે અને તેનો એમને એમ ખાવામાં ઉપયોગ કરાય છે.

ભાંગમાં બે પ્રકારનાં માદક તત્ત્વો છે. ' (૧) રાળ જેવો પદાર્થ કે જે ચરસને નામે ઓળખાય છે તે, અને (૨) પ્રવાહી તેલ જેવું હોય છે.' નિશાની બાબતમાં ભાંગ કરતાં ગાંજો અને ગાંજા કરતાં ચરસ ચડીઆતો છે. માજમ ખાવાથી પણ ઘણો નીશો ચડે છે. આ પદાર્થોના સેવનથી શરીર અને નીતિ ઉપર કેવા પ્રકારની અસરો થાય છે તે નીચેના, વિદ્વાન્ ડૉકટરોના અભિપ્રાયો પરથી જાણવામાં આવશે. વિદ્વાન્ ડૉકટરો બ્રુસ અને ક્રેગ જણાવે છે, કે "ભાંગ પીનાર જગા, વખત, તથા માણસ ભૂલી જાય છે. તરેહ તરેહવાર વિચારો તે કરે છે. ગાય છે, બોલે છે, હસે છે, નાચે છે ને લવરી કરે છે. કોઇ વખતે તેને ઉંઘ આવે છે. લોહીનો જુસ્સો પાછળથી ઓછો થાય છે, ને હાજાં નરમ પડી જાય છે." ડૉ. ત્રિભુવનદાસ લખે છે, કે "તેના થોડા નિશાથી મસ્તી અને ભ્રમ થાય છે; પણ વધારે નિશાથી આદમી બેશુદ્ધ થાય છે. × × × તેનાથી છાતીના અને મગજના વ્યાધિ થાય છે. તેના કેફથી કેટલાક ગુનાહ અને ખૂન થયેલાં છે. તેને લીધે કેટલાક બેભાન અને આયુષ્ય ભર દીવાના થઇ જાય છે."

કવિ દુર્લભ શ્યામજી વૈદ તેથી થતાં નુકસાનો નીચેના કવિત દ્વારા સ્પષ્ટ કરે છેઃ—

"ગાંજાના ધુમાડા વડે, પડે છે નરમ હાંજા;
ગરમ મીજાજ થતાં, શરમ મૂકાય છે.
છાતી માંહી ક્ષત પડે, કાળજું કદાપિ સડે;
ચક્કર વધારે ચડે, મુખતો ગંધાય છે.
મગજ ભમે છે, કદી બને છે ચતુર મદી;
જીંદગાની થાય રદી, દરદી દેખાય છે.
ગાંજાઇના હાલ, કરવો ગાંજાનો ખ્યાલ;
નીચ પીએ અને પાય છે."

વળી ભાંગ-ગાંજાના ઉપયોગથી ક્ષણિક ચંચળતા લાગતી હોયતો ભલે; પરન્તુ પરિણામે તેનાથી જડતા, મંદતા, અને બુદ્ધિહીનતા થતી જોવામાં આવે છે. 'સુરત તરફના ભાગમાં દારૂ અને ભાંગ-ગાંજાના ઉપયોગથી લોકોમાં જડતા, મંદતા અને બુદ્ધિહીનતા પ્રેરાઇ ત્યાંના વેપારને મહાન્ નુકસાન પહોચ્યું છે,' બાવા, જોગી, પુરવીઆઓ આદિની સ્થિતિ જોતાં જણાશે, કે ભાંગ-ગાંજાના સેવનથી જડ થયેલાં તેમનાં હૃદયો કેટલીક વખતે ક્રૂરકર્મ કરવા પણ તૈયાર થઇ જાય છે. ગાંજાના વ્યસનીની આંખ જ ખૂની જેવી માલૂમ પડે છે. અને આ પ્રમાણે આ વ્યસનથી, વ્યસનીની પોતાની જાતને નુકસાન થાય છે એટલુંજ નહિ; પરન્તુ કેટલીક વખતે અન્યની જાતને પણ ધક્કો પહોચવાના પ્રસંગો પેદા થાય છે. હકીકત આ પ્રમાણે હોવાથી આવાં

વ્યસનોનો સર્વથા ત્યાગ કરવો એ જન કલ્યાણ માટે અતિ અગત્યનું છે.

વળી આ વ્યસનનો ઉપયોગ સાધુ કહેવાતા પુરૂષો મોટા પ્રમાણમાં કરતા હોવાથી અહીં નોધવું આવશ્યક લાગે છે કે સંસારનો ત્યાગ કરી કેવળ આત્મકલ્યાણ સાધવા સાધુપણાનો અંગીકાર કર્યા પછી તેઓ, આવાં વ્યસનોથી મુક્ત થઇ શકતા નથી એ પરમ ખેદની વાત છે! સંસારનો ત્યાગ કરવો તેમને મન સહેલો થઇ પડે છે; પરન્તુ આ વ્યસનની ગુલામગીરી તેમનાથી ત્યજાતી નથી, એટલુંજ નહિ, પરન્તુ ઇચ્છા પૂર્વક એવી ગુલામગીરી અંગીકાર કરી તેમાં આનંદ માનતા જોવામાં આવે છે ! તેઓ તેને પરમાનંદ પ્રાપ્તિનું સાધન ગણે છે ! અફસોસ !

આપણે જ્યાં જોઇએ ત્યાં સાધુ નામધારી એવા ખાખી, બાવા, અતીત, જોગી, વેરાગી, પરમહંસ આદિ રાત દિવસ ભાંગ, ગાંજા, કે તમાકુના કેફમાં આંખો લાલચોળ બનાવી પડયા રહેલા જોવામાં આવે છે. આ દેશની અધોગતિનું ચિહ્ન નહિ તો બીજુ શું ? કારણ, તેમની નબળાઇને લીધે તેઓ પોતે જ વ્યસનના ગુલામ થઇ પડે છે એટલું જ નહિ; પરન્તુ તેમનું જોઇને—અનુકરણ કરીને—તેમને પૂજનારા બીજા ઘણા ભાવિક અને ભોળા પુરૂષો તે વ્યસનના પાસમાં પકડાઇ પાયમાલ બને છે. સાધુનું કર્ત્તવ્ય પોતાનું કલ્યાણ સાધી અન્યનું હિત કરવા પ્રેરાવું એ છે, તેને બદલે આ તો કેવળ જ વિપરીત સ્થિતિ

થતી જોવામાં આવે છે, અને તે સાધુ નામને લજાવનારૂં ગણી શકાય. પોતાના જીવનને દૃષ્ટાન્તરૂપ બનાવી અન્યને સત્પથે દોરવાના સાધનરૂપ બનવામાં અને નઠારાં આચરણથી મુક્ત કરવામાં જ ખરૂં સાધુપણું છે. જે પાપથી મુક્ત કરી હિતમાં યોજે છે તે જ ખરો સાધુ છે.

કદાચ, આ સાધુ પુરૂષો બીજાઓને, પોતાની માફક એ વ્યસનનું સેવન કરવાનો ઉપદેશ નહિ કરતા હોય એ વાત સત્ય છે; છતાં **यद्यदाचरति श्रेष्ठः** એ પ્રવચનાનુસાર મોટાનું જોઈને જ ઘણી બાબતો નાનાઓ કરે છે. શ્રેષ્ઠનું જ અનુકરણ સઘળે થતું જોવામાં આવે છે તો શ્રેષ્ઠ ગણાતા એવા સાધુ પુરૂષોનું કર્તવ્ય છે, કે મનની નબળાઈ દૂર કરી એવી કેફી વસ્તુઓના સેવનથી મુક્ત બની અન્યને તેની ગુલામગીરીમાંથી છોડવવા ઉદ્યુક્ત થવું જોઈએ. આવા પુરૂષો જ સંત અથવા સાધુ નામને દિપાવે છે. સંતની વ્યાખ્યા કરતાં ગોસ્વામી શ્રી તુલસીદાસજી અનુબોધે છે, કેઃ—

"પર ઉપકાર વચન, મન, કાયા,
સંત સહજ સુભાવ ખગરાયા."

અર્થાત્ મન, વચન અને કાયા યુક્ત લોક કલ્યાણમાં રત થવું એ સંત પુરૂષોનો સહજ સ્વભાવ છે. તો સાધુ ગણાતા પુરૂષોને વિનવી શકાય, કે સંતનાં આ લક્ષણો ધારણ કરી સાધુ નામને કૃતાર્થ કરવા આ ઉન્માદક વ્યસનોનો તેઓએ હમેશને માટે ત્યાગ કરવો-કરાવવો ઘટે છે.

૩૧

કેટલાક સાધુઓનું અને તેમના ભાવિક ભક્તોનું અંધ પરંપરાગત એવું માનવું હોય છે, કે ભાંગ–ગાંજાથી મનોયોગ સાધી શકાય છે! પરન્તુ તેઓએ વિચાર કરવો ઘટે છે, કે મનને વશ કરવું એ અંદરના ખરા પુરૂષાર્થપર આધાર રાખે છે. બહારનાં સાધનો તેમાં લેશ પણ મદદગાર થતાં નથી. તેઓતો ઉલટાં મનને બહારની બાજુ આકર્ષી વધારે છૂટું કરી મૂકે છે. વળી આવા કેફી પદાર્થોને મનોયોગ સાધવા જેવા કઠિન કામના સાધનભૂત ગણી લેવાથી તંદુરસ્તીને ખલેલ પહોચી નબળાઈ વધે છે. અને પરિણામે મનોયોગ વધારે ને વધારે દુષ્કર થઈ પડે છે. તો આવી અવળી અને વિચાર વગરની સમજ ત્યજી એનાથી દૂર રહેવું જરૂરનું છે. આશા છે, કે આપણા સાધુ પુરૂષો પોતાના મહાન્ લક્ષ્યની પ્રાપ્તિમાં આવાં ક્ષુદ્ર સાધનોનો ઉપયોગ કરવાથી દૂર રહી પોતાને તેમજ અન્યને પરમ કલ્યાણક થઈ જગતને આશિર્વાદરૂપ થઇ પડશે. તેમજ આ વ્યસનનું સેવન કરનાર બીજા સઘળાઓ પણ તેની ગુલામગીરીમાંથી પોતાની જાતને મુક્ત કરવાની પોતાની આવશ્યક ફરજ સત્વર અદા કરશે. अस्तु.

સમાલેાચના.

ઉપરની સઘળી હકીકત પરથી વાચકના ખ્યાલમાં આવી શકશે, કે મનુષ્યોની આરોગ્યતામાં ઘણા મોટા ભાગે ખલલ પહેાચાડી અકાળે કાળના મુખમાં સપડાવનાર દારૂ, અફીણ, તમાકુ, ભાંગ-ગાંજો આદિ કેફી ચીજોનું વ્યસન મુખ્ય છે. ઇશ્વરે સરજેલી સૃષ્ટિમાં અસ્તિત્વ ધરાવનાર આ પ્રત્યેક પદાર્થનેા ઉપયેાગ હેાઈ શકે અને છે; છતાં તેનેા ઉપયેાગ કરી લાભ મેળવવેા યા દુરૂપયેાગ કરી હાનિ વ્હેારી લેવી એનેા આધાર મનુષ્યના પેાતાના ડહાપણુ ઉપર છે. ડહાપણથી ઉપયેાગ કરનાર તેનાથી લાભ મેળવી શકે છે, અને આપણે જાણીએ છીએ તેમ દવા તરીકે તે ઘણું સારૂં કામ કરે છે. જે નુકસાન થાય છે-પાયમાલી થતી જોવામાં આવે છે-તે તેના વ્યસન તરીકે કરાતા ઉપયેાગને જ આભારી છે. અને તેથી પ્રત્યેક મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે, કે તેના વ્યસનથી સર્વથા દૂર રહેવું.

વળી આ સઘળાં વ્યસનેા કેાઈ પણ પ્રકારના હેતુ પુરઃસર કરાતાં હેાય એમ પણ જણાતું નથી. આવાં વ્યસનેાના મૂળમાં જે કારણેા માલૂમ પડી આવે છે તે ઘણાં નજીવાં અને ઉપહાસ પાત્ર હેાય છે; છતાં એ નજીવાં કારણેા, પાછળથી ભયંકર સ્વરૂપ ધારણ કરી મનુષ્યને ખરાબ ખસ્ત કરી નાખે છે અને તેથી નજીવી જણાતી બાબતેામાં પણ મનુષ્યને સાવધ રહેવાની ઘણી જરૂર છે એવેા

પરોક્ષ બોધ પણ આ ઉપરથી થઇ શકે છે. પ્રથમ આપણે જોયું છે તેમ આ બુરી લત, "દેખાદેખી કામ કરવાની" મનુષ્ય વૃત્તિને આભારી છે. વળી તે ઉપરાન્ત આવી કુટેવોના મૂળમાં ચોક્ક મારવાની તથા મોટાઇનો ડોળ ઘાલવાની ઇચ્છા સિવાય બીજું કોઈ સબળ કારણ હોય એમ લાગતું નથી. દારૂડીયાની સંગતમાં સારા દેખાવાય, સાહેબ લોકો સાથે મિત્રાચારી થઈ લોકોમાં માન પમાય આદિ ખોટી માન્યતાને અધીન બની ઘણાઓ દારૂ પીવાની શરૂઆત કરે છે અને પરિણામે તેના ગુલામ બને છે. તમાકુ અને અફીણુની બાબતમાં તો આ કારણો ઉઘાડી રીતે જોઇ શકાય છે. કેટલીક ન્યાતોમાં અફીણ અને હુક્કો રાખવામાં ન આવે તો હલકાઇ ગણવામાં આવે છે. આંગણે કોઈ મહેમાન આવે કે તરત જ આવા માણસો તરત તેને માટે હુક્કો ભરી તૈયાર કરાવરાવે છે અને કસુંબા કાઢવા બેસે છે. મહેમાનને તેની જરૂર છે, કે કેમ તેની તપાસ કર્યા વગર તેને હુક્કો અને કસુંબો પીવા આગ્રહ કરે છે અને મહેમાનને ટેવ હોય વા ન હોય તોપણ નાતીલાનું મન રાખવાની ખાતર તે પીવાં પડે છે. આવા માણસોને આવા ઘણા પ્રસંગો મળતાં તેમજ પોતાને ત્યાં એવા પરોણાઓની પધરામણી થતાં પોતે પણ તેમની એવી સરભરા કરવી જોઇએ અને ન કરવામાં આવેતો લાજ જાય એ પ્રકારના ભ્રમમાં પડતાં આ વ્યસન તેઓના મન ઉપર વિજયશાળી નીવડે છે. આવે પ્રસંગે ખરી મોટાઇ શામાં છે. એનો વિચાર કરવામાં આવે તો જ આવાં વ્યસનોમાંથી

બચી શકાય. વળી બીડી પીવાનું તો બાળકોને રોફ માર-વાની ટેવથી શરૂ થતું જોવામાં આવે છે, યા તો માબાપનું જોઇને શીખે છે. આ પ્રમાણે આ વ્યસન પડવામાં કારણો ઘણાં નજીવાં અને નુકસાન મહાન્ છે.

આ વ્યસનો પ્રજાનાં તન, મન, અને ધનને ખુવાર કરી નૈતિક વિષયે પણ ઘણી ખરાબ અસર કરે છે, અને તેથી પણ તે ત્યાજ્ય છે. ગમે તેવી સારી સ્થિતિ છતાં વ્યસનને તાબે થયા પછી મનુષ્યો અનેક કુચ્છંદોમાં પડી નિર્માલ્ય અને ચીંથરેહાલ બની રહે છે. નીતિ અનીતિનો તો તેમને ખ્યાલ જ હોતો નથી. વળી સાધારણ સ્થિતિના માણસો આ વ્યસનથી શરીરે અશક્ત બની કામધંધાને માટે કેવળ નાલાયક બની જાય છે અને પરિણામે તેના આશ્રયે રહેનારાં તેનાં કૌટુંબિક પરિજનો ધાન વગર રઝ-ળવાની સ્થિતિમાં આવી પડે છે. આ પ્રમાણે વ્યસની જાતે ખુવાર થાય છે એટલું જ નહિ પરન્તુ પોતાના કુટુંબને પણ દુઃખી કરી મૂકે છે. વળી નીશામાં પરવશ પડેલો પ્રાણી મારા તારાના ભેદને પણ ભૂલી જાય છે. એક સ્થળે ઠીક જ કહેવામાં આવ્યું છે, કેઃ—

"કેફ ન કરશો કોઇ કદિ, કેફ ક્લેશનું મૂળ;
જુઓ કેફ કરી જાદવે, કર્યું નીકંદન કૂળ."

કેફને વશ બની મારા તારાના, વિવેક અવિવેકનો, લાભ હાનિનો એમ સર્વ પ્રકારના વિચારો ત્યજી કેફી પુ-રૂષ પ્રસંગપર પોતાના કૂળનો પણ પોતેજ ઉચ્છેદક બને

છે એ વાત આપણને દારૂના વ્યસનથી થયેલી જાદવકૂળની સ્થિતિ સેંકડો વરસ થયાં સ્મરણ કરાવી રહી છે. તે, નિશાથી થતાં નુકસાનોનું ભાન કરાવનાર અદ્વિતીય દૃષ્ટાન્ત છે, અને તે પરથી ધડો લઇ આપણે ચેતવું ઘટે છે. વળી વ્યસનીની સ્થિતિનો ચિતાર આપતાં સુપ્રસિદ્ધ ડૉ. ત્રિભુવનદાસ જણાવે છે, કે વ્યસનીનું શરીર નબળું, તેમની ભૂખ ભાડે લીધેલી, તેમનું દિલ નરમ, તેમનું મન અસ્થિર, તેમની ચાલ દુરાચરણી, તેમનો વ્યવહાર બિનવિશ્વાસી, તેમની ઇજ્જત થોડી, અને એકંદર તેમનું આયુષ્ય ધિક્કાર ભરેલું સમજવું."

અરે બંધુઓ ! શું આ ઓછી અધમ સ્થિતિ છે ? અને શાથી ? માત્ર વ્યસનથી જ. આમ છે તો હમેશને માટે તેનો ત્યાગ કરવાની આપણી કેવી આવશ્યક ફરજ છે.

જેઓ આ વ્યસનોથી મુક્ત છે તેમણે તેનાથી સદા મુક્ત રહેવા સાવધ રહેવું અને જેઓ તેના પાસમાં સપડાયા છે તેણે તેથી થતાં ભયંકર નુકસાનોનો વારે વારે વિચાર કરી તેનાથી છૂટા થવાના પ્રયત્નમાં રત થવું તે આરોગ્યની ખાતર, સર્વ પ્રકારના કલ્યાણની ખાતર, મનુષ્ય દેહની સાર્થકતા સાધવા ખાતર આવશ્યક કર્તવ્ય છે. વ્યસન લાગુ પડયા પછી તેમાંથી છૂટા થવું એ કેટલાકને ઘણું મુશ્કેલ લાગે છે; પરન્તુ વસ્તુતઃ તેમ નથી. જેટલું તે મુશ્કેલ જણાય છે તેટલું જ તે સહેલું છે. તેમાં બહારના કશા પણ પ્રયત્નની કે પૈસા ખરચ કરવાની જરૂર પડતી નથી. **માત્ર એક ક્ષણ, એક વિચાર અને તેને દૃઢતાથી**

વળગી રહેવાની શક્તિ એટલાની જ જરૂર છે. વિચાર થયો કે મન સાથે નક્કી કરી, ગમે તેવા વિચારો આવે, એચેની જણાય તોપણ તેની લેશ પણ દરકાર ન કરતાં નક્કી કરેલા વિચારને વળગી રહેવું એ આ વ્યસનોમાંથી મુક્ત થવાનો આબાદ ઉપાય છે. કેટલાક થોડે થોડે તજવાનું કહે છે અને અફીણ જેવાં વ્યસનોમાં તેમ કરવાની કદાચ જરૂર હશે; છતાં તેમ કરવાથી વિજયનો સંભવ ઓછો જણાય છે. કારણ થોડી કે ઘણી મનની વૃત્તિ તો તેના તરફ વળેલી જ રહે છે. આમ છતાં પોતાની પ્રકૃતિને પિછાની ગમે તે પ્રકારે આ વ્યસનથી મુક્ત થવા પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે એટલુંજ અહીં ભાર મૂકી જણાવવાનો ઉદ્દેશ છે. વળી આ સાથે વ્યસનોથી મુક્ત થવાના કેટલાક અનુભવ સિદ્ધ ઉપાયો આ નીચે ઉતારવા એ કેટલેક દરજ્જે ઉપયોગી થઈ પડશે એમ ધારવું છે:-

દારૂ છોડવા માટે દ્રાક્ષાસવનું સેવન કરવું યોગ્ય જણાય છે. દારૂને બદલે દ્રાક્ષાસવનો ઉપયોગ કરવાથી કેટલાએકનું એ વ્યસન છૂટી ગયેલું જાણવામાં છે. અફીણથી મુક્ત થવા માટે સારો, સહેલો અને સસ્તો ઉપાય જે જાણવામાં આવ્યો છે તે એ છે, કે અર્ધો શેર દેશી અજમો લઇ બંધાણી માણસ, પોતે હમેશ જેટલું અફીણ ખાતો હોય તેના હિસાબે એક માસનું અફીણ લઇ તેનો કસુંબો કાઢી તે વડે અજમાને પટ દેવો. પછી તે અફીણનો પટ દીધેલો અજમો સૂકવી બાટલીમાં ભરી રાખવો અને તેમાંથી અફીણ લેવાના સમયે ટેવ પ્રમાણે પાવલી કે અર્ધોભાર અ-

જમો લેવો અથવા જરૂર પ્રમાણે ઓછો વધતો લેવો. અને તેમાં તેટલોજ બીજો કોરો અજમો ઉમેરતા જવું. આ પ્રમાણે અફીણના ઉપયોગનું સ્વરૂપ બદલવાથી કેટલેક વખતે, શરીરને નુકસાન વગર, અફીણનું બંધાણ છૂટી જાય છે. ભાંગ, ગાંજો, તમાકુ આદિનો ત્યાગ તો મનની દૃઢ પ્રતિજ્ઞા સાથેજ કરી શકાય છે. આ વ્યસનોનો એકદમ ત્યાગ કરવાથી થોડા દિવસ બેચેની લાગે છે, પરન્તુ તે ઉપરાન્ત શરીરને વિશેષ હાનિ થતી નથી અને તેથી તેનો ત્યાગ તો વિચારની સાથે જ કરવો ઉચિત છે.

આ પ્રમાણે વ્યસનોનો ત્યાગ કર્યા પછી પણ એક બાબત જે લક્ષમાં લેવા જેવી છે તે એ છે, કે મન ઘણું ચંચળ છે અને તેની દોરીને સહજ પણ ઢીલી મૂકવામાં આવતાં જ ત્યાગ કરાયેલું વ્યસન ઘણી મુદતના અંતર પછી પણ લાગુ પડે છે. બીડી આદિનો ત્યાગ કર્યા પછી પણ ફરીને તેનું સેવન કરનારા એવા ઘણા માણસો જાણવામાં આવ્યા છે. તો મનમાં સહજ પણ વિચાર થતાં એકદમ સાવધ થઈ જઇ તે વિચારને ફાવવા દેવો નહીં અને એમ થયેથી જ તેનાથી સર્વથા મુક્ત થઇ શકાશે. એ પ્રકારે મુકત થવું એ પરમ આવશ્યક અને શ્રેયસ્કર છે. અને છેવટે પરમ કારૂણિક પિતા પ્રભુને પ્રાર્થીશું કે તે દયાળુ પિતા વ્યસનની ગુલામીમાં સડતા આપણા દેશ બંધુઓને તેમાંથી મુક્ત થવાનું બલ અર્પે અને સદાને માટે બચાવે એજ યાચના ! એજ પ્રાર્થના ! અને એજ મનોવાંચ્છના !

ઊંટ વૈદ્યો.

જે પ્રમાણે કેફી પદાર્થોનું વ્યસન તરીકે સેવન કરવાથી મનુષ્યની તંદુરસ્તીમાં મહાન્ ખલેલ થાય છે તેજ પ્રમાણે અજ્ઞાન, લોભી અને વૈદ્ય નામધારી પુરૂષો કે જેઓને "ઉંટવૈદ્ય" કહેવામાં આવે છે તેમના વચન પર વિશ્વાસ રાખી તેમની આપેલી દવાઓનું ભોળાભાવે સેવન કરવાથી પણ મહાન અનર્થ ઉપજે છે. અને એ પ્રમાણે જોતાં વિચારી શકાય કે, મનુષ્યની તંદુરસ્તીમાં ખલલ કરવામાં ઉંટવૈદ્યો પણ કેટલેક દરજ્જે કારણભૂત થઇ પડે છે. આવા જ કોઈ કારણને લીધે કહેવામાં આવ્યું છે, કે:

"वैद्यराज नमस्तुभ्यं यमराज सहोदरः ।
यमेन हरते प्राणान् वैद्य प्राणधनानिच ॥"

અર્થાત્—હે વૈદ્યરાજ! તમને નમસ્કાર છે; કારણ કે તમે યમરાજના સહોદર છો. યમરાજતો કેવળ પ્રાણ જ લે છે; પરન્તુ ઉંટવૈદ્ય તો પ્રાણ અને ધન બન્નેનું હરણ કરેછે.

મરણ પ્રમાણ વધવાનાં બીજાં કારણોની સાથે ઉંટ વૈદ્યોની દવા પણ એક ખરૂં કારણ છે એમ બારીકાઇથી વિચાર કરનારને સ્પષ્ટ થઇ શકે. કૃપાળુ બ્રિટિશ સરકાર તરફથી 'તેના અટકાવને માટે કાયદો કરવામાં આવ્યો છે, છતાં કેટલીક વખતે એવી બાબતોના પૂરાવા મેળવવા મુ-

-શ્કેલ થઈ પડે છે. વળી આવા લેભાગુ વૈદ્યોનો આશ્રય લેનારમાં મુખ્ય વર્ગ ગરીબ, અજ્ઞાન અને ભોળા લોકોનો હોય છે અને એવા લોકો પ્રસંગ આવે કાયદાનો આશ્રય લે એ સંભવિત નથી.'

આવા લેભાગુ વૈદ્યોની સંખ્યા કંઇ ગણી ગાંઠી નથી પરન્તુ આજકાલતો તેમનો રાફડો ફાટેલો જોવામાં આવે છે. "સૂંઠનો ગાંગડો હાથમાં આવેથી કેટલાક જેમ ગાંધી થઇ બેસે છે" તેમ વૈદ્યને ત્યાં દવા ખાંડનારા, દવા ... કરનારા, દવા વેચનારા, દવાનાં સાધારણ નામ અને સહજ સાજ ઉપયોગ જાણનારા એવા ઘણાઓ મોટા ઠાઠમાઠ સાથે દુકાનો ખોલી વૈદ્યરાજ બની બેઠેલા જોવામાં આવે છે! અંદરના બળની ન્યૂનતાને પરિણામે મનુષ્યોને જેમ બહારનો ઠાઠ વધારે રાખવાની જરૂર પડે છે તેમ આવા ઉંટ વૈદ્યો પણ બહારનો ભપકો વધારીને તેમ જ તરેહવાર જાહેર ખબરોની જાળ પાથરીને ભોળાં, અજ્ઞાન અને કેટલીક વખત દરદથી ભેજું ગુમાવેલા વિદ્વાન્ પુરૂષોને પણ મોહિત કરે છે!

દેશી દવાઓમાં મુખ્ય બે જાતના પદાર્થોનો ઉપયોગ કરાતો જોવામાં આવે છે. (૧) કાષ્ટિક અને (૨) રાસાયણિક. આ રાસાયણિક પદાર્થોમાં પારો, ગંધક, હીંગળોક વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આ ઉપરાંત લોહ, કલાઇ વગેરે ધાતુઓની ભસ્મો બનાવી તેનો પણ દવામાં ઉપયોગ કરાય છે. આ પારો, ગંધક, ધાતુ ભસ્મો આદિ પદાર્થો વીર્યવ-

ર્ધક અને પૌષ્ટિક ગણાય છે; પરંતુ તે માટે તેને શાસ્ત્રવિધિ પૂર્વક તૈયાર કરવામાં આવે તો જ તેનાથી લાભ થવા સંભવ છે. જો તેમાં ક્યાશ કે અશુદ્ધતા રહેવા પામે યા વિધિ પુરઃસર તૈયાર કરવામાં આવે નહિ તો તે અનેક વિધ પીડા ઉપજાવી મરણ નીપજાવે છે. વળી તેનો ઉપયોગ કરતા પહેલાં તેના સંપૂર્ણ ગુણ દોષો જાણવા ઉપરાંત જેની દવામાં તેનો ઉપયોગ કરવાનો હોય તેની પ્રકૃતિ ને રોગનું નિદાન પણ વૈદ્યકશાસ્ત્રાનુસાર કરવાં જોઇએ. રોગનુ નિદાન કર્યા વગર અને પ્રકૃતિ ઓળખ્યા સિવાય આંખો મીચી તેનો ઉપયોગ કરવાની સલાહ આપવી એ પણ નુકસાનકારક છે.

આ લેભાગુ વૈદ્યો દવા અને તેના ઉપયોગ સંબધેનું ઉપર ચોટીયું જ્ઞાન સંપાદન કરી, વૈદ્યરાજ થઇ પડેલા હોય છે. તેઓને નથી હોતું પદાર્થોના ગુણ દોષનું જોઇતું જ્ઞાન કે નથી હોતી રોગ નિદાન કરવાની તેમનામાં શક્તિ. શાસ્ત્રવિધિ અનુસાર ભસ્મો તૈયાર કરવાનું તેમજ તેમાં રહેલી શુદ્ધિ અશુદ્ધિ પારખવાનું પણ તેઓનામાં જોઇતું સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોતું નથી અને તેમ છતાંય તેને વીર્યવર્ધક, પૌષ્ટિક ગણી તેનો છૂટથી ઉપયોગ કરવા મંડી પડે છે અને એ પ્રમાણે અનેકના જીવને જોખમમાં નાંખે છે. કાચી અને અશુદ્ધ ધાતુથી મનુષ્યના મોટા ભાગનાં જીવન નષ્ટ થવાની સ્થિતિમાં મૂકાય છે. તેનાથી "બકરૂ કાઢતાં ઉંટ પેસવા" જેવું બને છે. કાચી અશુદ્ધ ભસ્મોથી થતાં નુક-

સાન જણાવતાં આર્યશાસ્ત્ર નીચે મુજબ જણાવે છે.

मृतं निश्चंद्रतां यातं मरणं चामृतोपमम् ।
सचंद्र विषवद् ज्ञेयं, मृत्युकृद्बहुरोगकृत् ॥

અર્થાત્:-" જે અભ્રકની ભસ્મની અંદર ચળકાટી ન હોય તે અમૃત સમાન છે, અને જે ચળકાટ વાળી છે, તે કાચી અને ખાનારને અનેક રોગો કરી વિષ સમાન પ્રાણ હર્તા સમજવી" અને એ પ્રમાણે સઘળી કાચી ધાતુઓ અને ભસ્મો પ્રાણ હર્તા છે, માટે તેના ઉપયોગમાં ઘણા સાવધ રહેવાની જરૂર છે. બનતા સુધી રોગનિવારણાર્થે કાષ્ટક ઔષધિ ઉપયોગમાં લેવી અને તેમ છતાંય આવી રસાયણિક દવાનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર જણાય તો તેવે પ્રસંગે કુશળ અને વિદ્વાન્ વૈદ્યની સલાહ લેવી એ ઘણું જરૂરનું છે. એ પ્રસંગોમાં ઉંટવૈદ્યો પર બિલકુલ વિશ્વાસ કરવો નહીં. કુશલ વૈદ્યનાં લક્ષણો, તે તે શાસ્ત્રના પ્રણેતાઓ નીચે મુજબ ગણાવે છે અને જેનામાં તે લક્ષણો હોય તેને ઉત્તમ વૈદ્ય તરીકે પિછાની શરણગ્રહણ યોગ્ય ગણવો જોઇએ.

"गुरोरधीताखिलवैद्यविद्यः पीयूषपाणिः कुशलः क्रियासु ।
गतस्पृहो धैर्यधरः कृपालुः शुद्धोऽधिकारी भीषगीदृशःस्यात् ॥

"વૈદ્ય જીવન કાવ્ય" શ્લોક. ૭

અર્થાત્ "જે ગુરૂની પાસેથી બધી વૈદ્યવિદ્યા ભણ્યો હોય, જેના હાથમાં યશરેખા હોય (જેના હાથથી ઘણા

દરદીઓ સારા થતા હોય) જે (ઔષધ તૈયાર કરવાની તથા તેને યોજવા વગેરેની) ક્રિયામાં કુશળ હોય. જે કોઇની આશા ન રાખનારો હોય, જે ધીરજવાળો હોય, અને જે દયાળુ હોય–આવો જે હોય તેને શુદ્ધ અને અધિકારી વૈદ્ય જાણવો. તે વૈદ્યના પદને યોગ્ય થાય છે” બાકી, કુશળ એવા ગુરૂ પાસેથી જ્ઞાન મેળવવાની દરકાર કર્યા વગર માત્ર પુસ્તકપાઠી વૈદ્ય બન્યો હોય તે આ વિદ્યાનાં ઉડાં રહસ્ય સમજી શકતો નથી અને કેવળ લોભને વશ બની પોતાની મન ગમતી કલ્પનાનો અખતરો અન્યના ઉપર કરી વિપરીત કરી બેસે છે. આવા લોભી અને વિપરીત કૃત્યના કરનારા તેજ “ ઉંટવૈદ્ય ” ને નામે ઓળખાય છે. આવા વૈદ્યોથી સાવધ રહેવાને મહા પુરૂષો પ્રબોધી ગયા છે કે.

“लोभयंत्यातुरं मूर्खा विचित्रैः कर्म कौशलैः ।
तेभ्यो रक्षेत् सदात्मानमात्मायस्मात्सुदुर्लभः ॥”

મૂર્ખ વૈદ્યો પોતાનાં વિચિત્ર કર્મ કૌશલ વડે (તરેહતરેહવાર જાગો પાથરી) રોગીને લલચાવે છે. તેઓનાથી (મૂર્ખ વૈદ્યોથી માણસોએ હમેશાં સાવધ રહી) આત્માની રક્ષા કરવી જોઇએ કારણ કે આ સંસારમાં આત્મા અત્યંત દુર્લભ છે. “બૃહન્નિઘંટુ રત્નાકર.”

ઉપર પ્રમાણે, મૂર્ખ વૈદ્ય જનસમાજને કેટલું બધું નુકસાન કરે છે તેમ જ વૈદ્યમાં કેવાં લક્ષણ અને જ્ઞાન આવસ્યક છે તેનો લોભ આડે વિચાર કરવાને બેદરકાર બની

લેભાગુ વૈદ્યો પોતાનું ગાડું કેવું ધમધોકાર ચલાવી રહ્યા છે તે પણ જોવા જેવું છે. કેટલાકની તો પેઢીઓ જામી ગયેલી હોય છે અને કેવળ નામથી જ રળીખાતા માલૂમ પડે છે, જ્યારે બીજાઓ કેટલાક એવા છે, કે જાણે સમસ્ત આર્યાવર્ત્ત નિર્વિર્ય બની ગયું હોય તેમ કલ્પના કરી છચોક રીતે જાહેર પત્રોમાં અનેક પ્રકારની લલચાવનારી જાહેર ખબરો પ્રસિદ્ધ કરે છે; કોઈ અખંડ વીર્યનો ઝરો બક્ષનાર, કોઇ બળબુદ્ધિમાં વધારો કરી સૌંદર્ય અર્પનાર, કોઇ ધાતુ પુષ્ટીનો રામબાણ ઇલાજ બતાવનાર અને એમ અનેક પ્રકારના શારીરિક પુષ્ટિના અકસીર ઉપાયો શોધી કાઢનાર તરીકે બહાર પડતા દષ્ટિગોચર થાય છે, અને પોતાનું ગાડું નિર્વિઘ્ને ચલાવ્યાં જાય છે. આનું કારણ જનસમાજના મોટા ભાગની અજ્ઞાનતા છે. કારણ તેઓએ આ જ્ઞાન ક્યાંથી સંપાદન કર્યું, તેમનો વૈદ્યક શાસ્ત્રનો અભ્યાસ કેવો છે, તેમની આ પ્રવૃત્તિ જનહિતને લઇને કે કેવળ લોભવશતાને લીધે છે એ આદિ તેમના સંબંધમાં કરવી જોઇતી જરૂરની અને ઉંડી તપાસ કોણ કરે છે? આ તો "દુનિયા ઝુકતી હૈ ઝુકાના વાલા ચાહીએ" એ કહેતી મુજબ અનેક મનુષ્યો દરદમાં સારાસારના વિવેકને ત્યજી ઝુકાવનાર મોહક શબ્દોથી આકર્ષાઇ ઝુકી પડે છે અને દુઃખી થાય છે. આવા વિચાર વગરના ઝોકથી તન, મન, અને, ધન એમ સર્વ પ્રકારે ઘણાં માણસો ખુવાર થતાં માલૂમ પડે છે. જો મનુષ્ય સહજ પણ વિચાર

કરવાની તસ્દી લેતો તેઓને જણાય કે, જેઓ પોતાની દવાથી અનેક મનુષ્યોને નીરોગી, બલિષ્ટ અને પુષ્ટ બનાવી શકે છે તેઓ જાતે ઘણા તંદુરસ્ત અને પુષ્ટ હોવા જોઇએ. આ વિચારની સાથે જ જો તેઓનાં દર્શન કરવા જાય તો સઘળી હકીકત સ્પષ્ટ થઇ શકે. કારણ આવી મોહક જાહેરખબરો આપનારમાંના ઘણાના દિદાર જોવાથી તેઓ નિસ્તેજ અને નિર્માલ્ય દષ્ટિગોચર થાય છે. આવા લેભાગુ અને લોભી વૈદ્યોને તેમજ તેમના ખોટા ઠાઠથી અંજાઇ તેમના જાળમાં ફસાનાર ભોળાં જનોને અનુક્રમે, કંઈ ઠપકા અને ઉપદેશ રૂપે જે થોડા શબ્દો સુપ્રસિદ્ધ ડૉકટર ત્રિભુવનદાસ જણાવે છે તેનો આ નીચે ઉતારો કરવો આવશ્યક લાગે છે. તેઓશ્રી જણાવે છે, કે "**માત્ર હળદરનો ગાંડીઓ અને સોઠાનો ગાંગડો જાણનાર ઉંટવૈદ્ય અથવા નીમહકીમો, વૈદ્યના ઉત્તમોત્તમ ધંધાને એબ લગાડે છે. અલૌકિક શક્તિથી બનેલા અને જોડાયલા દેહ અને જીવનો વ્યાપાર કરવામાં કેટલું બધું જોખમ છે તેનો એવા લેભાગુ વૈદ્યાએ વિચાર કરવોઃ અને દેહ રૂપી ઝવેરાત પારખવાનું, કામ કેવા ઝવેરીના હાથમાં સોંપવું તેનો ખ્યાલ તેના માલિકે કરવો એ ઘણુંજ અવશ્યનું છે.**"

આ વિચારો ઘણાજ મનનનીય છે. કેવળ સ્વાર્થ પરાયણ વૃત્તિથી થોડું દ્રવ્ય મેળવવાની લાલસાને વશવર્તી વૈદકના યોગ્ય જ્ઞાન વિનાના લેભાગુ વૈદ્ય બની અન્યની જીંદગી

જોખમમાં નાંખવાના સાહસથી આપણે આપણી જાતને બચાવવા હમેશાં સાવધ રહેવાની જરૂર છે. વળી રોગી સ્થિતિમાં, જેઓના હાથમાં આપણે આપણું જીવન મૂકવાને તૈયાર થઇએ તેને માટે સંપૂર્ણ ખાત્રી મેળવ્યા પછી જ તેમ કરવું ઉચિત છે. જેઓને કાચ કે હીરાની કશી પરીક્ષા નથી તેવાના હાથમાં શરીર રૂપી ઝવેરાત સોંપવાનું કદિપણ સાહસ કરવું નહિ. મતલબ કે, દવાની જરૂર જણાયે વૈદ્યની સંપૂર્ણ ખાત્રી કર્યા પછી જ લેવી ઉચિત છે.

વળી હાલનો જમાનો અનેક પ્રકારની નવી શોધ ખોળોનો જમાનો છે અને તેમાં બીજી શોધોની સાથે વૈદકના સંબંધમાં પણ નવી શોધખોળ યાને સુધારા વધારા થાય એ સ્વાભાવિક છે. જર્મની, અમેરિકા આદિ દેશોના વિદ્વાનોએ આ બાબતમાં ઘણી શોધ ખોળ અને અખતરાઓ. કરેલા છે અને પરિણામે તેઓ એવા નિર્ણય ઉપર આવેલા છે, કે રોગ મટાડવાને દવાની બિલકુલ જરૂર નથી. એથી તો "લેવા ગઈ પૂત અને ખોઈ આવી ખસમ" એ કહેવત મુજબ એક રોગને બદલે શરીરમાં બીજા પ્રકારના વ્યાધિઓ દાખલ થાય છે. આ કારણથી તેઓએ દવા સિવાય કેવળ નૈસર્ગિક ઉપચારો વડે રોગને નિર્મૂળ કરવાનો નવો પ્રકાર શોધી કાઢ્યો છે અને તે અમલમાં પણ મૂકાઈ ગયો છે. આ ઉપચારો ઘણા સરલ છે. તેમાં ખર્ચ પણ વિશેષ થતું નથી, કોઈ પણ પ્રકારની દવા કે શસ્ત્રની તેમાં જરૂર પડતી નથી. માત્ર અમુક યંત્રો વડે વાયુ આદિ પંચમહાભૂતનો તેમાં

ઉપયેાગ કરવામાં આવે છે. આ નૈસગિક ઉપચારેાથી ગમે તે જાતનેા રેાગ નિર્મૂળ થાય છે એટલું જ નહિ; પરન્તુ દવાને લીધે શરીરમાં જે બીજાં વ્યાધિકર તત્ત્વેા દાખલ થાય છે તેનેા તેમાં અવકાશ હેાતેા નથી. દવાનેા ઉપયેાગ કરી રેાગ મટાડતાં શરીરમાં કેવા પ્રકારના વિકારેા થવા પામે છે તે વિષે બીલ્ઝ સાહેબ નીચેના વિચારેા પ્રદર્શિત કરે છેઃ—

*"રેાગનાં ચિન્હેા આ સૃષ્ટિદેવીની અથવા નૈસર્ગિક શક્તિની ભૂલેા છે એમ માનવામાં આવે છે અને તેથી તે ચૂકેા રાસાયણિક સાધનેાથી દુરસ્ત કરવાના પ્રયત્નેા કરવામાં આવે છે. પરન્તુ આમ કરવાથી શરીર માંહેની ઇંદ્રિઓની રચના ક્ષુબ્ધ થઇ જાય છે. અને દરેક ઇંદ્રિઓ પેાતપેાતાનું કાર્ય બજાવવામાં અશક્ત નીવડે છે એટલું જ નહિ પણ ઘણી વખત તે તદન નકામી પણ થઇ જાય છે, આ વાત ધ્યાનમાં રાખવામાં આવતી નથી. આ પદ્ધતિમાં (દવા દ્વારા રેાગ મટાડવાની) માદક (કેફી) ઔષધેા આપી જ્ઞાનતંતુ ઉપર અપકાર કરી થતી વેદના થેાડેા વખત દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. અફીણનેા અર્ક અને ક્લેારલ હાયડ્રેટ આદિ કેફી વસ્તુનેા ઉપયેાગ કરી ઉંઘ આણવાનેા પ્રયત્ન થાય છે. પરંતુ તેથી જ્ઞાનતંતુનેા પ્રધાન ભાગ અશક્ત થઇ જતાં રેાગ મટાડવાને દિનાવધિ લાગે છે અથવા તેા રેાગીના અંગમાં પ્રતિકાર કરવાની શક્તિ કમતી હેાય તેા રેાગીને શાશ્વત ચિ-

* 'આરેાગ્ય" એ નામના માસિકમાંથી.

શાંતિ મળે છે ! આ પદ્ધતિ ત્રાસદાયક ઉધરસને દાબી દેછે ખરી, પરન્તુ ઉધરસ એ રોગીના હિત સારૂ શ્વાસોશ્વાસ કરનારી ઇંદ્રિએ જુદો પાડેલો મળ જે એક ઠેકાણે થાય છે તેને બહાર ફેંકી દેવા માટે સૃષ્ટિદેવીએ કરેલી યોજના હોય. ઔષધોપચાર પદ્ધતિ અપાયકારક રેચથી મળાશયમાં એકત્ર થયેલ મળને બહાર કાઢી મળાશયને સહજ આરામ આપે છે ખરો, પરંતુ આવા ઉપાયથી મળાશયના જ્ઞાન તંતુઓને વિશેષ ચૈતના ઉત્પન્ન થવાથી તે ઠેકાણે જે સ્નાયુજાળ છે તેના લવચીક પણાનો નાશ થઇ જાય છે. તેવી જ રીતે એકઠા થએલા મળના અંતરદાહથી મળાશયાવષ્ટંભ થઇ જે અતિસાર ઉત્પન્ન થાય છે તેનો અંતરદાહ ઔષધ મટાડે છે, પરંતુ તેથી શરીર રચનાને મોટો ધક્કો લાગે છે. ઔષધોપચાર પદ્ધતિ એવો અભિમાન ધરાવે છે, કે અંતર્તાપ ઉત્પન્ન કરનાર (બ્યાક્ટિરિયા વગેરે) સૂક્ષ્મ જંતુઓનો નાશ રાસાયણિક ઔષધોથી થાય છે. પરંતુ આ " ઉલમાંથી નીકળી ચૂલમાં પડયા " જેવું થાય છે. કારણ આ સૂક્ષ્મ જંતુ સાથેજ નીરોગી અથવા બળકર ટિસ્યુ (અંદરનો એક રેષાયુક્ત સૂક્ષ્મ ભાગ) નો પણ નાશ આથી થાય છે. આ સિવાય આ ઔષધથી વિકારી દ્રવ્ય જુદું થતું નથી એટલુંજ નહિ, પણ તે વિકારી દ્રવ્ય સાથે ઔષધના વિષો સામિલ થાય છે, અને આવી રીતે એકત્ર થયેલ અપકારી દ્રવ્ય, સ્વતઃ રોગ મુક્ત કરી લેવાને શરીર પ્રકૃતિનો જે પ્રયત્ન ચાલુ હોય છે તે પ્રયત્નની સામે હરકત

કરે છે. જ્વર, જે શરીર પ્રકૃતિનો પોતાને મદદ કરનાર પ્રયત્નનો આત્મા છે, તેને ઔષધોપચાર પદ્ધતિ વિષો આપી દાબી દે છે; પરંતુ આ વિષ શરીરમાં દાખલ થાય એટલે અંદર જે જીવનશક્તિ હોય છે તે બને તેટલું આ વિષને નિરૂપદ્રવિક કરે છે. આ ઝગડો જે પ્રકૃતિ ચલાવે છે તેમાં શક્તિ અને ઉષ્ણતા આ બેનો અપવ્યય થાય છે. પરંતુ તેમ થવાથી શું થયું ? જ્વરને દાબવાનો જે ઇષ્ટ હેતુ છે તેતો સાધ્ય થાય છે ? આ ઉપરાંત વિશેષ શું જોઇએ ? અરેરે ! આ કેવું ભૂલ ભરેલું પરિણામ છે ? ? સારૂં કરવાની ફિકરમાં ડૉકટર લોકોએ અતિશય નુકસાન કર્યું છે. ઘણા લોકો કે જેઓને ડૉકટરોએ હાથ લગાડ્યો નહિ હોત અને સૃષ્ટિ નિયમ પ્રમાણે જે થવા જેવું હતું તે થવા દીધું હોત તો તે લોકો બચત, એવા લોકોને ડૉકટર લોકોએ ઔષધો આપી મૃત્યુ પંથમાં મોકલેલ છે." આ વિચારો કેટલા બધા શાસ્ત્રીય વિચારવા જોગ છે. ઉત્તેજક દવાઓ વાપરનાર સઘળાઓને એવો અનુભવ થયો હોવો સંભવે છે, કે તેવી દવાઓના ઉપયોગ સાથે ઉભરાની માફક શક્તિ દાખલ થતી જોવામાં આવે છે, પરન્તુ પાછળથી જેટલા જોરથી એ શક્તિ માલુમ પડે છે તેનાથી અતિ ઘણા વેગથી ઉભરો શમી ગયાની માફક શરીરમાં શિથિલતા આવી જાય છે. અને આ પ્રમાણે દવા જાતે જ કોઇને કોઇ પ્રકારનું શરીરને નુકસાન કરનાર નીવડે છે ત્યારે જેને ઔષધિના ગુણ દોષનું કે રોગીની પરીક્ષાનું બિલકુલ ભાન હોતું નથી એવા

લે ભાગુ ઉંટવૈદોની દવા કેટલો બધો અનર્થ ઉપજાવી શકે એ સહજ વિચારગમ્ય છે. એવા વૈદ્યોનું શરણ હંમેશાં ત્યાજ્ય છે. વૈદ્યકશાસ્ત્રમાં નિપૂણ પુરૂષો આપણને ઉપદેશી રહ્યા છે કે;-

" औषधं मूढवैद्यानां त्यजन्तु ज्वरपीडिताः ।
परसंसर्गसंसक्तं कलत्रमिव साधवः ॥"

અર્થાત્-" જેમ બીજા પુરૂષના સંસર્ગમાં સંસક્ત સ્ત્રીને સાધુ પુરૂષો તજે છે તેમ મૂઢ વૈદ્યોના ઔષધને પણ રોગથી પીડાએલા પુરૂષોએ તજવું યોગ્ય છે."

અને છેવટે, ઉપર પ્રમાણે તંદુરસ્તીમાં ખલલ કરનાર કારણો વિષે વિચાર કરી, પરમ કૃપાળુ પિતા પ્રભુ પાસે અતિ નમ્ર અને સરલ હૃદયે યાચીશું કે તે કરૂણાસાગર પિતા, આપણા આરોગ્યમાં ખલલ કરનાર કારણો પૈકી મુખ્ય એવા કેફી વસ્તુઓના પાસમાંથી તેમજ સ્વાર્થપરાયણ ઉંટવૈદ્યોની ઠગ જાળમાંથી આપણને બચવાનું બળ આપો અને તેની કૃપાથી બક્ષાએલા આ ઉત્તમ માનવ દેહને અંતર્ બાહ્ય વિશુદ્ધ રાખી સફળ કરવાના સદ્વિચારોની ક્ષણ પ્રતિક્ષણ પ્રેરણા કરો. તથાસ્તુ.

ભાગ ૨ જો.

મહાત્માઓ તેમજ શાસ્ત્રસિદ્ધ ઔષધો.

(રોગનાં સંક્ષિપ્ત કારણો, લક્ષણો અને ચિકિત્સા સહિત)

ઔષધો આદિની શરૂઆત કરતા પહેલાં નીચેની કેટલીએક હકીકત તરફ વાચકનું લક્ષ ખેંચવું આવશ્યક જણાય છે. આશા છે, કે વાચક વર્ગ તેને લક્ષમાં લેવા ચૂકશે નહિ.

૧—આયુષ્ય રક્ષણાર્થ સર્વોત્તમ પ્રયોગ.

અભ્રક્ ભસ્મના ગુણો વિષે વિવેચન કરતાં મહાનુભાવી પંડિત શ્રી **ભાવમિશ્ર** શું કહે છે, તે આયુષ્ય રક્ષણાર્થ જાણવું અતિ આવશ્યક થઇ પડશે—

अभ्रंकषायं मधुरं सुशीत । मायुष्करं धातुविवर्द्धनंच ॥
हन्या त्रिदोषं व्रणमेह कुष्ठं । प्लीहोदरं ग्रंथि विष क्रिमींश्च ।१७।
रोगान्हन्तिद्रढयतिवपुर्वीर्यवृद्धिं विधत्ते
तारुण्याढयं रमयति शतं योषितां नित्यमेव ।
दीर्घायुष्काञ्जनयति सुतान्सिंहतुल्य प्रभावान्मृ
त्यो र्भीतिं हरति सुतरां सेव्यमानं मृताभ्रम् ॥ १८ ॥

અર્થ—અભ્રક્ ભસ્મ—કસેલી, મધુર, ઘણી શીતળ, આયુષ્યમાન કરનાર, ધાતુ વધારનાર, અને ત્રિદોષ, વ્રણ,

પ્રમેહ, કોઢ, બરોળ, ઉદરગ્રંથિ, વિષ, તથા કૃમિ નાશક છે, જો મારેલી અભ્રક્ હમેશાં સેવન કરવામાં આવે તો રોગોને હરે છે શરીરને મજબુત કરે છે, વીર્યની વૃદ્ધિ કરે છે, સંસારનાં સુખ ભોગવવામાં અતિ સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. લાંબુ આયુષ્ય બક્ષે છે, તથા સિંહની સમાન પરાક્રમ વાળા પુત્રોને ઉત્પન્ન કરે છે અને મૃત્યુનો ભય નષ્ટ થાય છે.

देह दाढर्यस्य सिद्धयर्थं त्रिगुंजं भक्षयेत् धनम् ।

नातः परतरं किंचिज्जरामृत्यु विनाशनम् ॥

અર્થ—શરીરને દઢ (મજબુત) થવા માટે અભ્રક્ ભસ્મ ત્રણ રતીભારનું હમેશાં સેવન કરવું જોઇએ. અભ્રક્ ભસ્મ સિવાય બુઢાપા અને મૃત્યુને હરનારી બીજી કોઇ ઔષધિ નથી.

ઉપરોક્ત, ગુણમાં બલિષ્ટ અને સર્વ પ્રકારે સુખ દેવા વાળી જે અભ્રક ભસ્મ તે કેવી હોવી જોઇએ તથા તેનું કેવા પ્રકારે સેવન કરવું યોગ્ય છે તે વિષે આર્યશાસ્ત્રોનો શો અભિપ્રાય છે તે પણ જાણવાની આવશ્યકતા છે. કાચી અને યોગ્ય વિધિ પૂર્વક તૈયાર થયેલી નહિ એવી ભસ્મ, ગુણ કરતાં વિશેષ અવગુણ કારક થઈ પડે છે એ વાત તરફ ખાસ ધ્યાન ખેંચીએ છીએ અને વિશેષમાં આ પુસ્તકના પાના ૪૧ ઉપર લખેલી હકીકત ફરીને વાંચી જોવાની જરૂરનું સૂચન કરીએ છીએ.

અભ્રક કલ્પ--

निश्चंद्रमभ्रकं भस्म धात्री व्योष विडंगकम् ।
निष्कैकं भक्षयेत्प्राज्ञोवर्षमेकंनिरंतरम् ॥
द्वितीयेतुपुनर्वर्षेभक्षयेद्गुटिकाद्वयम् ।
एवंसंवत्सरेणैवगुटिकैकां प्रवर्द्धयेत् ॥
त्रिवर्षस्यप्रयोगायमभ्रकस्यप्रकीर्तितः ।
अनेनक्रमयोगेनव्योम्नःशतपलंनर ॥
अद्याद्भवेन्न संदेहो वज्रकायोमहाबलः ।
मास त्रयेणरक्तारुं क्षयकासंसुदारुणम् ॥
पंचकासांश्चहृद्गुल्मा ग्रहण्यार्शां भगंदरम् ।
आमवातं तथा शोषं पांडुरोगं सुदारुणम् ॥
मृत्युकल्पं महाव्याधिं वातपित्तकफोद्भवम् ।
हन्त्यष्टादश कुष्ठानि नृणां पथ्याशिनां ध्रुवन् ॥

અર્થ--નિશ્ચંદ્ર એટલે જેમાં લેશ પણ ચળકાટ ન હોય તેવી અભ્રક ભસ્મ લેવી અને તે સાથે તેટલાજ પ્રમાણમાં આંબળાં, સુંઠ, તીખાં, લીંડીપીપર, અને વાવડીંગ લઇ ખરલમાં બારીક ઘૂંટી ચારચાર માસાની પાણીની અંદર ગોળીઓ વાળવી અને એક ગોળી દરરોજ દૂધ અગર પાણીના ઘૂંટ સાથે આપવી. આ પ્રમાણે એક વર્ષ સુધી ચાલુ રાખવું. બીજે વર્ષે બબ્બે ગોળી અને ત્રીજે વરસે

ત્રણ ત્રણ ગોળી એમ ત્રણ વરસમાં ૧૦૦ પલ એટલે ચારસો તોલા અભ્રક ભસ્મ ખાય તો દેહ વજ્ર સમાન બને. ત્રણ માસના પ્રયોગથી રક્તવિકાર, ક્ષય, પાંચ પ્રકારની ઉગ્ર **ખાંસી, હૃદયરોગ, ગોળો, સંગ્રહણી, હરસ, ભગંદર, આમવાત, શરીરનું સૂકાવું, પાંડુરોગ,** મૃત્યુ સમાન મહાવ્યાધિ, વાત, પિત્ત-કફથી પ્રકટ અઢાર પ્રકારના કોઢ આ સઘળી જાતના રોગથી યોગ્ય પથ્ય પાળનાર પુરુષ મુક્ત બને. ખરેખર ! આયુષ્ય, આરોગ્ય, બલ, વીર્ય અને તેજ વધારવા ઉપરાન્ત ઉત્તમોત્તમ સંતાન પ્રાપ્તિ અર્થે આ પ્રયોગની અજમાયશ ઉત્તમોત્તમ છે. વળી આ ઔષધિ શીતલ ગુણ યુક્ત હોવાથી સર્વને સર્વ ઋતુમાં અનુકૂળ આવે એવી અને નિર્ભય તેમજ નિર્દોષ છે.

૨—ગળો એ ઔષધોમાં શ્રેષ્ઠ ઔષધ હોવાનું સઘળાને વિદિત હોવું સંભવે છે. તેનો અનેક પ્રકારના દરદો ઉપર ઉપયોગ થાય છે અને તેના ગુણ માટે વિશેષ વર્ણન ન કરતાં એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે તે ઔષધિ અકાલ મૃત્યનું હરણ કરનાર છે. આમ છતાં આ ઔષધિનો ઉપયોગ કરનાર તેનાથી જોઇતો લાભ મેળવી શકતા નથી તેનું કારણ એ છે, કે તેઓના ઉપયોગમાં લેવાતી ગળો જે વિધિ પૂર્વક લાવેલી હોવી જોઇએ તે પ્રકારે આણવામાં આવેલી હોતી નથી. આ ઔષધિ કેવા વિધિપૂર્વક આણેલી હોવી જોઇએ તે વિષે વર્ણન કરતાં સિદ્ધ **નાગાર્જુન** મુનિ પ્રબોધ છે કેઃ—

पुष्यभास्करयोगेन अमृतामूलमाहरेत् ।

कर्षमुष्णजलैपीतो मपमृत्यु हरं परम् ।

ઉપર પ્રમાણે પુષ્ય ભાસ્કર યેાગમાં પંચેાપચાર પૂજા વિધિથી પુજન કરી લીધેલું ગળેાનું મૂળ શાસ્ત્રમાં વર્ણવ્યા પ્રમાણે સર્વ પ્રકારના અકાલ મૃત્યુનું હરણ કરનાર પરમ ઔાષધ નીવડે છે.

ઉપરેાક્ત બન્ને પ્રકારની વસ્તુઓ એટલે શાસ્ત્રોક્ત રીતિએ લાવવામાં આવેલાં ગળેાનું મૂળ અને સંપૂર્ણ વીધિ પૂર્વક બનાવેલી અબરખ ભસ્મ (શતપુટી) જેની ઇચ્છા હશે તે અમારી (પ્રકાશક) પાસેથી મેળવી શકશે. સઘળા મનુષ્યેા આ બન્ને પરમ ગુણકારક ઔાષધિઓનેા લાભ લઇ શકે તેવા હેતુથી કેવળ પરેાપકાર તરફ દૃષ્ટિ રાખીનેજ તેની કીંમત માત્ર અનુક્રમે તેાલા એકની રૂ. ૦–૮–૦ અને રૂ. ૪–૦–૦ રાખવામાં આવી છે. લેભાગુ વૈદ્યેાની માફક ઠગ બાજી ચલાવવાનેા આમાં લેશ પણ ઉદ્દેશ હેાઇ શકે નહી એવું તેા વાચકને આ સઘળી પ્રવૃત્તિ પરથી સ્પષ્ટ થઇ ચૂક્યું હશે. પરેાપકાર અને જનહિતની દૃષ્ટિથી આ અતિ કીંમતી વસ્તુઓની કીંમત નજીવી રાખવામાં આવી છે એ અહીં ભાર મૂકી જણાવવાનું છે.

૩—મનોર્થ વિજય કલ્પતરૂ.

(ઔષધિ અને યોગ સિદ્ધિથી સિદ્ધ થયેલો પ્રયોગ.)

અતિ ઉદારવૃત્તિના પરોપકારી સંત મહાત્મા એવા યોગીરાજના પરમ આશીર્વાદથી પ્રાપ્ત થયેલું આ "મનોઃર્થ વિજય કલ્પતરૂ" એક ખરેખર મનના મનોરથ સિદ્ધ કરનાર છે. તે પરોપકારાદિ પુન્યબળ સાથે મહાન્ ચમત્કારી ઔષધાદિ પદાર્થ સિદ્ધિઓ સંયુક્ત સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે. આ સિદ્ધિયોગને સુવર્ણ વા તામ્રના માદળીઆમાં મૂકી દૃઢ શ્રદ્ધા પૂર્વક શરીરે ધારણ કરવાથી અતિ લાભકારી એવી સૂક્ષ્મ અસરો ઉત્પન્ન થાય છે અને તે થકી મહાન્ ભય તેમજ વિઘ્ન ટળવા ઉપરાંત શરીર, બુદ્ધિ અને આત્મબળનું રક્ષણ થઇ માનવીઓના યોગ્ય મનોર્થ સિદ્ધ થાય છે.

વળી આ સંબંધમાં ઉપજતા કેટલાક બીજા વિચારો તરફ પણ વાચકનું ધ્યાન ખેંચવું અનાવશ્યક નહિ લેખાય. આપણે ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું ઘટે છે, કે દવાની સાથે દુવાની પણ જરૂર છે. આ દુવા દેવાનું સામર્થ્ય ખરા પરોઃપકારી અને તપોબળ પ્રધાન સંત પુરૂષોમાંજ હોય છે. ઇશ્વરની અથાગ રચના વિષે રહેલા ઘણા ચમત્કારી એવા ઔષધાદિ પદાર્થો માત્ર ખાવાથીજ નહિ, પરન્તુ તેમાંના ઘણા એક યોગવિધિ પૂર્વક યોજી શરીરે ધારણ કરવાથી પણ કલ્યાણકારક નીવડે છે.

આ હકીકત મહાનુભાવી સિદ્ધ નાગાર્જુન મુનિયે ઘણુંએ વરસો થયાં આપણુને સ્પષ્ટ કરી બતાવી છે. તેઓશ્રી જણાવે છે કેઃ—

मूलं मर्कटवल्याश्च बाहु बद्धश्च मूर्द्धनि ।

दुष्टदन्ति भयं न स्याद् युद्धादि भय नाशनम् ॥

अङ्कुल्लो लक्ष्मणा पुंसी सर्पाक्षी शिखि मूलिका ॥

× × ×

वह्न्याव्याघ्रभूपालचोरशत्रुभयं त्यजेत् ॥ इत्यादि.

ભાવાર્થ—વીધિ પૂર્વક લીધેલું મર્કટવેલનું મૂળ ભૂજા અને મસ્તકમાં બાંધવા વા રાખવાથી સર્પ, વીંછી વગેરે ઝેરી જંતુઓના દંશનો તેમજ યુદ્ધાદિ વિષયે શત્રુઓનો જે ભય તેનો નાશ કરે છે. અંકોલ, હનુમાનવેલ, પુંસી સર્પાક્ષી અને અંઘેડાનું વીધિ પૂર્વક લીધેલું મૂળ શરીરે ધારવાથી અગ્નિ વિષ, વાઘ, રાજા ચોર અને શત્રુના ભયથી મૂક્ત કરે છે.

આ "કલ્પતરૂ" પણ કોઈ એવાજ ચમત્કારી પદાર્થની સિદ્ધિથી એક સંત મહાત્માએ સિદ્ધ કરેલું છે. તેના સ્પર્શથી આંતરબાહ્ય અનેક સારી અસરો થાય છે. અને તેટલા માટે તે મહાત્મા પુરૂષે તેને આ પ્રકારે પ્રસિદ્ધિમાં મૂકવા આજ્ઞા કરેલી છે. આ દવા વા દુવાને શરીર પર ધારણ કરતાં જે સુક્ષ્મ અસરો થાય છે તે વડે શત્રુભય સર્પભય, અલ્પ મૃત્યુ અને અકસ્માત તેમજ મનજન્ય ભય, જેવાકે નજર, નડતર, ભૂત, પ્રેત, પીશાચ, મૂઠ, ચોટ, વગેરેની

અસર થતી નથી વા થઇ હોય તો તેનું નિવારણ થાય છે. આ ઉપરાન્ત ભયજન્ય દરદો અને વંધ્યત્વ આદિ દોષોને દૂર કરે છે વિદ્યાર્થીઓ અને વિદ્વાનોની સ્મરણ શક્તિ સુધારી વિદ્યા અને બુદ્ધિમાં વધારો કરનાર સાક્ષાત્ સરસ્વતી રૂપ છે.

આ દવા વા દુવાનો સઘળા પ્રકારનાં મનુષ્યો લાભ લઇ શકે તેવા હેતુથી તેની કીંમત માત્ર નહિંજ જેવી અને તે રૂ. ૨-૦-૦ રાખવામાં આવી છે અને તેમાંય તેને લાભ છે. તેને શરીરે ધારણ કરવાથી ઉપરોક્ત લાભનું જે કથન કર્યું છે તેટલો જ તેમાં લાભ છે એમ નહિ; પરન્તુ તે પૈસાનો પણ પરોપકારાર્થે સદ્વ્યય થવાનો લાભ સમાયેલો છે. આ પૈસા ખરા પરોપકારાર્થે વપરાય છે એટલે કે, અમારા ગુરૂ વંશપરંપરાથી ચાલી આવતા પવિત્ર મહાત્માઓની, તેમજ ખરા અનાશ્રિત ગરીબોની ઇશ્વર કૃપાનુસાર બની શકતી તન, મન તને ધનથી સેવા કરવામાં તેનો ઉપયોગ કરાય છે. આ હકીકતની સાબીતીને માટે અમારૂં વચન જ બસ છે. તેમ છતાં શંકાશીલ મગજોને માટે તે બાબતમાં અમને મળેલાં માનપત્ર અને સર્ટિફિકેટો અમારી પાસે મોજુદ છે.

વધારામાં એક બાબત કહેવાની ખાસ જરૂર છે, અને તે એ છે, કે આ "મનોાર્થ વિજય કલ્પતરૂ" ફક્ત જીવદયા પાળનાર આર્ય સંતાનો માટે છે. તે ગુણ સિવાયનાઓને આનાથી લાભ ન હોતાં નુકસાન થવા સંભવ છે એવું આ "મનોાર્થ વિજય કલ્પતરૂ"ના મૂળના પ્રયોજક મહાત્માનં ફરમાન છે

૧—જ્વર-તાવ-બુખાર.

કારણો—પ્રકૃતિ વિરૂદ્ધ આહારવિહાર સેવવાથી આમાશયમાં રહેલા જે વાત, પિત્ત અને કફ તે કોપાયમાન થઈ રસ, રૂધિર અને જઠરાગ્નિ દૂષિત કરી જ્વર ઉત્પન્ન કરે છે.

પૂર્વરૂપ—શરીરમાં થાક લાગ્યા જેવું જણાવું, દેહનો રંગ બદલાઈ જવો, મોઢામાં બેસ્વાદપણું, નેત્રોમાં પાણી ભરાવું, બેચેની થવી, શરદી, પવન અને તાપ એઓપર પ્રીતિ અથવા અપ્રીતિ ઉપજવી, નેત્રમાં દાહ થવો. દેહનું ભારે થવું, બગાસાં આવવાં, શરીરમાં તોડ થવો, ઇત્યાદિ લક્ષણો સર્વે પ્રકારના તાવ આવતા અગાઉ થતાં જણાય છે.

લક્ષણ—જે વ્યાધિમાં પરસેવાનો અટકાવ થવાની સાથે શરીર ગરમ થઇ એક સાથે શરીરમાં કળતર થવા જેવું અને જકડાયા જેવું લાગે ઇત્યાદિ લક્ષણો યુક્ત દરદ તે તાવ કહેવાય છે.

પ્રકાર—આર્ય શાસ્ત્રમાં જ્વરના મુખ્ય આઠ પ્રકાર કહેલા છે. (૧) વાતજ્વર (૨) પિત્તજ્વર (૩) કફજ્વર. (૪) વાતપિત્તજ્વર (૫) કફવાતજ્વર (૬) કફપિત્તજ્વર. (૭) સન્નિપાતજ્વર (૮) જીર્ણજ્વર અને આગન્તુક જ્વર સંક્ષેપમાં આ સઘળાનાં જુદાં જુદાં લક્ષણો નીચે પ્રમાણે છે.

૧. **વાતજ્વર**—શરીરનો ધ્રુજારો, જ્વરનો વિષમ વેગ, કંઠ ઓષ્ઠ, મોઢું વગેરેનું સૂકાવું, નિદ્રા અને છીંકનો અભાવ,

ઝાડાનો કબજો, આફરો, માથું, સાંધા, હૃદય અને દેહમાં વેદના વગેરે લક્ષણો વાતના એટલે વાયુથી ઉપજતા તાવમાં હોય છે.

૨. પિત્તજ્વર—જ્વરનો વેગ તિક્ષ્ણ, ઝાડો થાય, ઉંઘ થોડી આવે, ઉલટી થાય, કંઠ ઓષ્ઠ, મુખ અને નાકનો પાક થવો, પરસેવો વળવો, મોઢામાં કડવાસ, લવરી થવી, મૂર્છા, દાહ અને ગભરાટ થવો, તરસ લાગવી, મળ, મૂત્ર નેત્ર અથવા શરીરની ચામડીનો રંગ પીળો થવો ઇત્યાદિ લક્ષણો પિત્તના જ્વરમાં હોય છે.

૩. કફજ્વર—તાવનો વેગ મંદ, આળસ થવી, મુખમાં ગળપણુ " લાગે, મળ, મૂત્ર, ચામડી અને નેત્રનું સફેદ બનવું, ઉધરસ, સળેખમ અને અરૂચિ થવાં, રોમાંચ થવાં, નિદ્રા ઘણી આવવી, ઇત્યાદિ લક્ષણો કફજ્વરમાં થાય છે.

૪. વાતપિત્ત જ્વરમાં થોડાં વાતનાં અને થોડાં પિત્તજ્વરનાં લક્ષણો.

૫. કફવાત જ્વરમાં થોડાં કફ અને થોડાં વાતજ્વરનાં લક્ષણો અને

૬ કફપિત્ત જ્વરમાં થોડાં પિત્ત અને થોડાં કફનાં લક્ષણો જોવામાં આવે છે.

૭. સન્નિપાત જ્વર-વાત, પિત્ત અને કફ એ ત્રણે દોષનો સાથે કોપ થવાથી જે જ્વર ઉત્પન્ન થાય છે તેને ત્રિદોષ અથવા સન્નિપાત જ્વર કહે છે. અને તેનાં જુદાં

જુદાં લક્ષણો અનુસાર તેના તેર અથવા તેથી પણ વધારે પ્રકાર મનાએલા છે. આમ છતાં તેનાં સર્વ સામાન્ય લક્ષણો આ પ્રમાણે છે.

ક્ષણમાં દાહ તો ક્ષણમાં શીત લાગવું, હાડકાં, સાંધા અને માથું એમાં દુઃખાવો થવો, નેત્ર ભયાનક, ક્રૂર અને રક્તવર્ણ બની તેમાંથી અશ્રુસ્રાવ થવો, ગાવું, રડવું ઉઠી ઉઠીને નાસવું, હસવું, જીભ ગાયના જેવી કાકરવાળી અથવા કાંટાવાળી અને કાળા રંગની થવી, શરીર વેરાઇ ગયા જેવું લાગવું, ઉધરસ અને શૂળ સાથે શ્વાસ તથા સ્વરનું મંદ પડવું, બકારી થવી, કંઠમાં કફથી અવાજ થવા, ચહેરો બદલાઇ જવો, ઝાડો અને પેશાબનું ઘણુ થવું અથવા બીલકુલ ન થવું, દિવસે નિદ્રા આવે અને રાત્રે ઉજાગરો થાય, ઇત્યાદિ લક્ષણો થાય તેને સન્નિપાત જ્વર અથવા ત્રિદોષ કહે છે.

૮. **આગંતુક જ્વર**—શસ્ત્રાઘાતથી, ઝેરી જંતુઓના દંશથી, કામક્રોધ, ભય, શોક વગેરેથી ભૂત પ્રેતાદિના ભયના કારણથી તેમજ સાધુ સંત ગોબ્રાહ્મણ આદિના શ્રાપ ઇત્યાદિ કારણોથી જે જ્વર આવે છે તેને આગંતુક જ્વર કહે છે; અને જે કારણોથી તે આવે છે તેનાં લક્ષણો તથા તે ઉપદ્રવો તેમાં હોય છે.

૯. **જીર્ણજ્વર**—જ્વર આવ્યાને એકવીસ દિવસ વીત્યા પછી જે તાવ શરીરમાં મંદ અથવા ધીમો પડી રહે છે તેને હાડક્જ્વર અથવા જીર્ણજ્વર કહે છે.

૧૦. **વિષમજ્વરો**—દરેક પ્રકારના તાવોમાંથી ગમે તે તાવ એકવાર આવીને મુક્ત થઈ જાય પછી તે દર્દી કોઈ પણ પ્રકારનો અપથ્ય કરે છે તો ફરીથી શરીરમાં રહેલા દોષો કોપ કરી આંતરીઆ, ચોથીઆ વગેરે તાવને પ્રકટ કરે છે અને તેઓનો આવવાનો ચોકસ નિયમ નહિ હોવાથી તેમનું નામ આર્યશાસ્ત્રે વિષમ જ્વર પાડેલું છે.

ચિકિત્સા—જ્વરને માટે અનેક ઔષધો છે. આમ છતાં અણઉતાર જ્વરો માટે આ **મહામૃત્યુંજયરસ** નામની ઔષધિમાં જે ગુણ કરવાની શક્તિ છે તેવું ગુણકારી ઔષધ બીજું દરેક પ્રકારના જ્વરોને માટે જવલ્લેજ જડશે. આ મહાન્ ગુણાકારી ઔષધ અમોને એક મહાન્ પરોપકારી મહાત્મા દ્વારા મળેલી બક્ષીસ છે અને તે મનુષ્યોપકારાર્થે આ નીચે જણાવામાં આવે છે.

નં. ૧--શુદ્ધ પારો, શુદ્ધ ગંધક, શુદ્ધ વછનાગ, ફૂલાવેલો ટંકણખાર, કાળાંમરી, લીંડીપીપર, સૂંઠ, ચિત્રકમૂળ, અરડૂસાની છાલ, અંઘેડાનાં મૂળ તથા આકડાના મૂળની છાલ દરેક એકેક તોલો અને તે સાથે અંકોલના બીનાં મીજ તોલા ૨, તથા વજ તોલો ૦ાા લઇ પ્રથમ પારો અને ગંધકની કજળી કરી (ઘૂંટી) પછી વછનાગ વગેરે ઉપરોક્ત સર્વ ચીજો ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી સરવે એકઠાં કરી ખરલમાં નાખી એક દિવસ ગળોના રસમાં ઘૂંટી મગના દાણા જેવડી ગોળીઓ વાળવી. દરેક પ્રકારના ચઢેલા તાવને ઉતારવાની આ ઔષધ પરમ શક્તિ ધરાવે છે. પુખ્ત ઉમ્મરના માણસને માત્રા ગોળી ચાર, સર્વ સાધારણ તાવમાં અનુપાન

તરીકે મધ સાથે લેવી. સન્નિપાત જ્વરમાં આ ગોળીઓ એક અધોળ આદુના રસમાં આપવી. ન્હાના બાળકને પાથી અડધી અથવા તો તેથી વધારે એક ગોળી વય, બળ અને શક્તિનો વિચાર કરી આપવી. આ દવાથી મરણ-તુલ્ય થયેલા દર્દીઓ પણ ગુરૂકૃપાથી બચી ગયા છે. અમે આ દવાનો અનુભવ ઘણા દર્દીઓ ઉપર વાપરી કરેલો છે. આ ઔષધથી માત્ર તાવનાંજ દરદો મટે છે, એટલુંજ નહિ પરન્તુ યોગ્ય માત્રામાં અને યોગ્ય અનુપાન સાથે આપવા-થી અજીર્ણ, કોલેરા, બરોલ તથા મધુપ્રમેહ વગેરે ભયંકર રોગોનો તે નાશ કરે છે એવું અનેક વારની અજમાયશ ઉપરથી માલૂમ પડ્યું છે અને તે અજમાયશ ગુરૂદયાથી કદિ પણ નિષ્ફળ ગઇ નથી.

નં. ૨—લઘુસુદર્શન ચૂર્ણ. ગળો, પીપર, પીપરીમૂળ, કડુ, હરડે, સૂંઠ, લવીંગ, લીમડાની અંતર છાલ, તજ અને સુખડ સમ ભાગે લઈ તેના અડધા વજન જેટલી કરીઆ-તાની પાંદડી લેવી. પછી સઘળાને ભેગાં ખાંડી બારીક ચૂર્ણ કરવું. માત્રા તોલો ૦। દિવસમાં બે વખત પાણી સાથે આપવું.

નં. ૩—લવીંગ, ચિત્રકમૂળની છાલ, તીખાં, ફૂલાવેલી ફટકડી, આ સર્વ સમભાગે લઈ બારીક ચૂર્ણ કરવું. માત્રા તોલા ૦। થી ૦।। અનુપાન મધ અથવા પાણી સાથે લેવું. તાવ આવવા અગાઉ બે કલાકે આ દવા લેવાથી એકાં-તરીઓ, ચોથીઓ સર્વ પ્રકારના વિષમ જ્વરો મટે છે. એકથી બે ત્રણ દિવસ સુધી લેવું.

નં. ૪—એક કરોળીઆનું પડ લઇ પા તોલા ગોળ સાથે મેળવી એક ગોળી વાળી એકાંતરીઆ તથા ચોથીઆ તાવના દર્દીને ખવરાવવાથી ગાઢે તેવો હઠીલો તાવ હોય તો પણ ચમત્કારિક રીતે મટે છે. આ પડ ભીંત ઉપર રૂપિયા જેવડું સફેદ રંગનું ચોટેલું હોય છે. નં. ૫-કાડી-આ કરસણનાં પાન તોલો ૧ અને કાળાં મરીઆં વાલ ૪, ચાર તોલા પાણી સાથે ઘુંટીને પીવાથી તેમજ એજ પાનનો રસ સહજ નાકમાં સુંઘવાથી તથા આંખે આંજવાથી એકાંતરીઓ કે ચોથીઓ તાવ અજાયબ રીતે મટે છે. વીંછીના કરડનું વિષ પણ આ રીતે તત્કાળ ઉતરે છે. નં. ૬—નં. ૧ માં કહેલ "મહા મૃત્યુંજય રસ" થી જીર્ણ જ્વર તત્કાળ નાશ પામે છે. તે સિવાય એ પ્રકારના તાવમાં ગળો, લીમડાની છાલ, અને અરડુસાની છાલ એ દરેક અકેક તોલો લઇ કચરી પાશેર પાણીમાં રાત્રે પલાળી સવારમાં ચોળી, ગળીને દિવસમાં ત્રણ વખત થોડું થોડું પીવું. તે સાથે ખોરાક હલકો ખાવો. આગંતુક જ્વરનો ઉપાય તેનાં લક્ષણને અનુસરી કરવો. નં. ૭—ગળોસત્વ, અરડુસાની છાલ, લીમડાની છાલ, ચિત્રકમૂળની છાલ, સુંઠી ઝીણું કાતરી ઘીમાં જરા શેકેલું ઝેરકચોળું, હરડેની છાલ, વાવડીંગ, અજમો, તીખાં, આકડાના મૂળની છાલ, લીંડી પીપર, ફૂલાવેલી ફટકડી, ફૂલાવેલો ટંકણખાર, સિંધવ, આ દરેક સરખા ભાગે લઇ પાણી સાથે ઘુંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળી લેવી. માત્રા ગોળી ૧–૩ વય અને શક્તિ

પ્રમાણે લેવાથી સર્વ પ્રકારના તાવ, અજીર્ણ, ઝાડા, મરડા વગેરે દરદો મટે છે. આ ગોળી હમેશાં ૧—૨ ખાવાનું સેવન રાખે તો ઘણું કરીને કોઇ રોગજ ન થાય અને થએલા મટી જાય. આ ગોળીનું નામ 'સદારોગ્યવટી' છે, અને નામ પ્રમાણે તેનામાં ગુણ છે એ બાબતની અનુભવથી ખાત્રી થઇ શકે.

૨—ઝાડા, મરડો, સંગ્રહણી.

કારણ—અતિ ચીકણું, ભારે પાચન ન થઇ શકે એવું ખાવાથી, અજીર્ણથી, કોલેરાથી, ક્ષયથી, શરદીથી, તાવથી અને ખરાબ હવાથી એ આદિ કારણોથી ઝાડાનું દરદ થાય છે. **લક્ષણ**—ઝાડો પાતળો જુલાબની માફક વારંવાર ઉતરે છે. આ ઝાડો સફેદ, લીલા, પીળા, રાતા ઇત્યાદિ રંગનો હોય છે અને કેટલીક વાર તેમાંથી ઘણી ખરાબ વાસ મારે છે. આ વગેરે લક્ષણો અતિસાર અથવા ઝાડાનાં હોય છે. **મરડો**—મરડાના દરદનાં કારણો બહુ ભાગે ઝાડાનાં કારણોને જ અનુસરે છે. ખાસ કરી મરડો મલેરીઆની હવાથી એટલે ચોમાસામાં વિશેષ થાય છે **લક્ષણ**—પેટમાં આંકડી આવી વારંવાર ઝાડે જવું પડે છે અને ખણસ મટતી નથી. ઝાડો પણ સાફ આવતો નથી ફક્ત થોડો મળમિશ્રિત આમ તથા જળસ પડે છે.પેટમાં વાયુ જણાય છે. વાસંચળ થતો નથી. ઝાડે જતાં કષ્ટ થાય છે અને બેચેની રહે છે, ઇત્યાદિ.

સંગ્રહણી—ઝાડા તથા મરડાનો મરજ જુનો થઇ

જાય તેમજ ઘણા દિવસ અથવા મહિના કે વરસો લગી ટકી રહે તેને સંગ્રહણી કહે છે. તેનાં મુખ્ય લક્ષણ તરીકે શરીર ઘસાઇ જાય છે, ક્ષુધા લાગતી નથી અને વારેવારે ઝાડે જવું પડે છે. કોઇ વાર પગે સોજા ચડે છે અને વખતસર ઉપાય કરવામાં ન આવે તો દરદી મરણ શરણ થાય છે.

ઔષધોપાય–ઝાડા તથા મરડામાં જો પેટની અંદર મળનો કંઠા ભરાવો હોય તો પ્રથમ દર્દીને એરંડીયા આદિ યોગ્ય જુલાબ આપી પેટ સાફ લાવવું અને જરૂર પ્રમાણે બીજી યોગ્ય દવા આપવી.

નં. ૧—ઓડી અજમોદ, જાવંત્રી, બીલાનો ગર્ભ, માયાં એ સર્વ સમભાગે લઇ ખાંડી ચુર્ણ કરી દર ત્રણ કલાકે પાપા તોલો ટાઢા પાણી સાગે ઝાડો બંધ થાય ત્યાં સુધી આપવું. આ ઉપાયથી સર્વ પ્રકારનાં ઝાડાનાં દરદ મટે છે. સંગ્રહણીને પણ આ દવા લાગુ પડશે, પણ જરૂર જણાય તો આ દવામાં સમ ભાગે લીલાગર ઉમેરવાથી વિશેષ ગુણ થશે.

નં. ૨—અજમો, સુંઠ, ચિત્રકમૂળ, બિલામાં, ઓડી અજમોદ, લીંડીપીપર, જીરૂ, શાહજીરૂ, જાવંત્રી, લોદર, આંબાની ગોટલી, કડા છાલ, સેકેલી હીંગ, નાગર મોથ, બીલાં, મોચરસ, ઇંદ્રજવ, આ સઘળું સમ ભાગે લઇ ચુર્ણ કરવું અને સંચળ, સિંધવ અને નવસાગર એ દરેક દોઢ ભાગ તે સાથે મેળવવુ. (કાષ્ટાદિ એકેક તોલો હોય તો આ ક્ષાર દોઢ દોઢ તોલા લેવા.) આ રીતે તૈયાર કરેલું

ચુર્ણ દિવસમાં બેથી ત્રણ વખત ફાકવું. માત્રા તોલા પાથી અડધો દર ટકે. આનાથી મરડો, સંગ્રહણી મટે છે. આ ઉપરાન્ત તાવમાં લખેલા નં. ૭ની દવા મરડો તથા સંગ્રહણીને ફાયદો કરે છે. આ નં. ૭ની દવા ઝાડા, મરડા વા સંગ્રહણી ઉપર આપતાં જરૂર જણાય તો યોગ્ય માત્રામાં અફીણ ઉમેરવાથી વિશેષ ફાયદો થશે.

૩ હરસ—મસા—બવાસીર.

કારણો—પાચનક્રિયા મંદ થવાથી, ઘણું બેસી રહેવાથી, શરીરને યોગ્ય કસરત નહિ આપવાથી, મરચાં મસાલા આદિ ઘણા પિત્ત કોપાવનારા પદાર્થોનું ઘણું સેવન કરવાથી અને કોઇ પ્રકારે લોહીની ગતિમાં અટકાવ થવા વગેરે કારણોથી હરસનો વ્યાધિ થાય છે. **લક્ષણ**—ગુદામાં ન્હાના અગર મોટા મસા થાય છે આ મસા બે પ્રકારના હોય છે. જેમાંથી લોહી પડે છે તે દૂઝતા અને જેમાંથી લોહી ન પડતાં અતિશય પીડા કરે છે તે સુકા વાયુના હરસ કહેવાય છે. આ દરદ ઘણુંજ દુઃખદાયી છે.

ચિકિત્સા—હરસના મહા દુઃખદ વ્યાધિ માટે એક યોગીરાજ મહાત્માએ બતાવેલો પ્રયોગ આ પ્રમાણે છેઃ—

નં. ૧—મહાત્મા પ્રસાદ—ભોંયરીંગણનાં તાજાં ફળ આશરે ચાર અથવા પાંચ તોલા લઇ તેને બે કોડીઆની અંદર મૂકી લુગડાથી બરાબર લપેટી તે પર માટીનો લેપ

કરવો. અર્થાત્ કોડીઆને કપડ માટીથી બંધ કરવું. સુકાયા પછી આશરે દોઢ શેર છાણાંમાં મુકી દેવતા સળગાવવો. જ્યારે એમ જણાય કે, કોડીઆની અંદરનાં ફળો બળી કાળા કોયલા થઈ ગયા છે ત્યારે તે કોડીઆંને બહાર કાઢી લઇ ટાઢાં થયા પછી ઉઘાડી તેમાંથી તે કોયલા કાઢી લઇ સારા સાફ ખરલમાં તેને બારીક ઘુંટી સીસીમાં ભરી મુકવું. જ્યારે હરસ દુઝે ત્યારે તેને એક કપુરી પાનની અંદર રતીભાર મુકી ખાવું. દિવસમાં બે વખત એમ ત્રણેક દિવસ ખાવાથી ગમે તેવા લોહી દુઝતા હરસ ચમત્કારી રીતે દુઝતા બંધ પડી જશે. ચૌદથી એકવીસ દિવસ એનું ઉપર પ્રમાણે લાગલાગટ સેવન કરવાથી શરીરમાં શક્તિ આવશે, લોહી સુધરશે અને તે એક જાદુઈ રીતે હરસને દબાવી દેશે. આ દવાથી માત્ર લોહી દુઝતા હરસ મટે છે એટલુંજ નહિ; પરન્તુ તે દરેક પ્રકારના રક્તશ્રાવને બંધ કરે છે. મોં, નાક, ગુદા, શિશ્ન અને ગર્ભાશય ઇત્યાદિના થતા ગમે તે પ્રકારના રકતશ્રાવને આ દવા તત્કાળ અટકાવી દે છે. આ ઔષધ માત્ર વનસ્પતિજ હોવાથી તે કેટલું સારૂં, સોંઘું, સહેલું નિર્ભય અને નિર્દોષ છે તે વાંચનાર સહેલાઇથી સમજી શકે તેમ છે. તેના ગુણની કદરતો માત્ર અનુભવનારાને જ માલૂમ પડી શકે. આ દવા પરોપકારી મહાત્માએ બતાવેલી હોવાથી તેનું નામ પણ "મહાત્મા પ્રસાદ" રાખેલું છે. વળી ઘણા સ્ત્રીઓ પર અજમાવેલું છે અને ગુરૂ કૃપાથી સઘળાને તેથી ફાયદો થયો છે, એ

હકીકત સત્ય છે. **પથ્ય**–આ દવા ખાતી વખતે રૂચિ પ્રમાણે ઘી, દુધ, ખાવું તેમજ ચોખા, ઘઉં, તુવર દાળ, મગદાળ અને શાકમાં સુરણ, દુધી, ડોડી અને તાંજળજાની ભાજી ઉપયોગમાં લેવાં. મરચાં, ખટાશ, તેલ, ગરમ મશાલો, તેમજ ગરમ અને વાયુ કરનાર પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો. **નં. ૨**—હરસ ઉપર મલમ ચોપડવાથી પણ ચમત્કારી ગુણ થાય છે. જરૂર જણાયતો નીચે પ્રમાણે બનાવી લેવું. સોનાગેરૂ તોલો ૧, કાંટાળાં માવાં તોલો ૦॥, કપુર વાલ ૪ તથા અફીણ વાલ ૨, સર્વને ખુબ ઘુંટી દિવેલ સાથે મલમ કરી હરસને દિવસમાં બે ત્રણ વાર ચોપડવું. આથી બહારના સુકા હરસ કુણા પડી પીડા બંધ થશે અને દુઝતા હરસનું લોહી પણ તરત બંધ થશે. **નં. ૩**—જે હરસ દુઝતા ન હોય અને માત્ર પીડાજ કરતા હોય તેને નીચેની વસ્તુઓની ધુણી આપવી.

ઝેરકોચલાં, કપુર, ખીજડાનાં પાન, હળદર, બોંયરીંગણીનાં ફળ, લીલાગર તથા ...યાં સમભાગે લઇ કચરી રામપાત્રમાં છાણાંના ધગધગતા દેવતા ઉપર આશરે તોલોક મુકી બાજોઠ અથવા બે ઇંટો ઉપર, કમર સુધી લુગડું ઓઢી બેસીને હરસપર ધુમાડો દેવો. દિવસમાં બે વખત દેવાથી ભયંકર પીડા શાન્ત પડી જશે. **નં. ૪**—રસવંતી અને સુરોખાર દરેક તોલો ૧, મા...ં અને નવસાગર દરેક તોલો ૦॥ લઇ મૂળાના પાનના રસમાં ઘુંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળી હરસના દર્દીએ દરરોજ બબ્બે ગોળીઓ ખાવી.

આથી ફાયદો થઇ લેાહી પડતું બંધ થશે. નં. ૫—હરસંગાનાં બીની બીજ તોલેા ૧, તીખાં તોલેા ૦।, પાણી સાથે ઘુંટી પાવલી ભારની ગેાળીઓ વાળી દરરોજ એક ગેાળી ખાવાથી દરેક પ્રકારના હરસને જાદુઇ ગુણ થાય છે. હરસના દર્દીઓને આ દવાનેા અનુભવ એકવાર લેવા ભલામણ કરવામાં આવે છે. પથ્ય ઉપર પ્રમાણે પાળવું.

૪—અજીર્ણ, કોલેરા, ભસ્મક.

કારણ—માફક ન આવે એવા આહારવિહાર કરવાથી, વખત કવખત ખાવાથી, બહુ પાણી પીવાથી, વધારે ખાવાથી, ઉજાગરાથી, અને મળમૂત્રાદિના વેગોને અટકાવવાથી અજીર્ણ એટલે અપચેા થાય છે. તેમજ ઉપર પ્રમાણે આહારવિહારમાં અનિયમિતપણે વર્તવા વગેરેથી, હવાના ફેરફારથી, બગડેલાં અન્નપાણીનાં સેવન ઇત્યાદિ કારણેાથી વિશુચિકા અથવા કોગળીઆનેા મહાવ્યાધિ થાય છે. વળી કફ ક્ષીણ અને પિત્ત પ્રબળ થઇ જઠરાગ્નિની વૃદ્ધિ થવાથી ભસ્મક નામે રેાગ થાય છે. આ રેાગમાં માણસ ઘણા ભારે અને કઠણ ખેારાકને પણ પાચન કરી જાય છે. ખાધેલું જલદીથી ભસ્મ થઇ જાય છે, તેથીજ વિદ્વાનેાએ તે રેાગને ભસ્મક નામ આપ્યું છે. **લક્ષણ**—ક્ષુધા મંદ, ઝાડાનેા કબજો અથવા ઘણીવાર ઝાડે જવું, ખાટા ડકાર, ઉબકા કે મેાઢામાંથી મેાળ વછૂટવી, પેટમાં આફરેા ચડવેા, અરૂચિ, નિદ્રા ત્યાગ, સ્વપ્ન ઘણાં આવવાં અને સ્વભાવનું

ચીડીઆ થઈ જવું ઇત્યાદિ લક્ષણો અજીર્ણનાં છે. કોલેરામાં અજીર્ણમાંનાં ઘણાંક લક્ષણો ઉપરાન્ત ઝાડો, ઉલટી, હાથ પગમાં ગોટલા ચઢવા એ મુખ્ય લક્ષણ છે. ઝાડો એકાદ વાર અજીર્ણ જેવો થયા પછી સફેદ રંગનો, ચોખાના ધોવ-રામણ જેવો થાય છે અને ઉલટી પણ પાણી જેવી થાય છે. આ રોગમાં જે રોગીના નખ, હોઠ, દાંત કાળા પડી જાય અને આંખ ઉંડી ઉતરી જાય અને સ્મરણ શક્તિનો નાશ થઇ જાય તેમજ ઇંદ્રિયો પોતાનાં કાર્ય કરી શકે નહીં, ઝાડા ઉલટીનું પ્રમાણ વધતું ચાલે તો રોગી મરણ પામે છે. ભસ્મક રોગનું મુખ્ય લક્ષણ એ છે, કે દર્દી ખાવાથી સંતોષ પામતો નથી તેમજ ખાધેલાનો જલદી નાશ થઇ જાય છે.

ચિકિત્સા—નં. ૧–ચિત્રક મૂળ, બિલામાં, સૂંઠ, તીખાં, લીંડીપીપર, હરડાં, અજમો, ધાણા, તજ, જાવંત્રી પીપરી મૂળ, જવખાર, જીરૂ, શાહ જીરૂ, નાગ કેસર, લવીંગ, ઇલા-ચચી, ઇંદ્રજવ, સાજીખાર, વાવડીંગ, ચવક, આ દરેક એકેક તોલો અને સંચળ તોલા બે, સિંધવ, નવસાર, બિડ-લૂણ દરેક તોલો એક, અને સેકેલી હીંગ તોલો દોઢ સર્વને ખાંડી વસ્ત્ર ગાળ ચૂર્ણ કરી માત્રા તોલા પાથી અડધો છાશ તથા પાણી અથવા મધના અનુપાન સાથે સવારમાં એકવાર આપવાથી અજીર્ણ, કોલેરા વગેરે અનેક દરદો મટે છે. કોલેરા માટે આ દવા લીંબુના એક તોલા રસ સાથે પાથી અડધો તોલો કલાકે કલાકે આપવી. આ ઉપરાંત અજીર્ણ, કોલેરા વગેરે દરદો માટે શંખવટીની ગોળી અને

ક્વ્યાદિ રસ અતિ ઉપયોગી છે ને લેવાં. ઉપર જણાવેલા અજીર્ણના ચૂર્ણ સાથે શુદ્ધ પારો, ગંધક, વછનાગ અને ઘીમાં તળેલાં ઝેર કોચલાં એ દરેક એકેક તોલો મેળવી યોગ્ય પ્રમાણમાં અનુપાન સાથે લે તો મહા ભયંકર એવા કોલેરા આદિ દરદોને જાદુઇ રીતે તત્કાળ દૂર કરે છે. આ અનુભવ સિદ્ધ છે. **નં. ૨**—સિંધવ, આકડાનું મૂળ, ચિત્રક મૂળ, અંઘેડાનું મૂળ, દરેક તોલો એક, સૂંઠ, તીખાં. પીપર, અજમો, વાવડીંગ, વજ, જાવંત્રી, નાગર મોથ, શુદ્ધ વછનાગ, કપૂર દરેક તોલો અડધો તથા શુદ્ધ ગંધક તોલા બે સરવેને ખાંડી વસ્ત્ર ગાળ કરી તેમાં અઢી તોલા લીલાગર અને પા તોલો અફીણ લઇ કારેલીના પાનના પાશેર રસમાં વાટીને મેળવવું અને તેને ખૂબ ઘૂંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. આ ગોળી ૧ થી ૨ દર અડધાથી એક, બે અને ત્રણ કલાકે બબ્બે તોલા લીંબુના રસ સાથે દરદના જોર તથા દરદીના વય અને બળનો વિચાર કરી યોગ્ય માત્રામા આપવાથી ચાહે તેવો ભયંકર કોલેરાનો વ્યાધિ હશે તો પણ ગુરૂ અનુગ્રહથી જાદુઇ રીતે નાબુદ થશે. આ દવા આદાના રસ સાથે પણ અપાય છે. **નં. ૩**—અંઘેડાનાં બી તોલા ૧ થી ૨, અથવા ત્રણ લેવાં અને ભેંસનું દૂધ ૧ થી ૩ શેર લઇ ખીર કરી રૂચિ પ્રમાણે દરરોજ ખવરાવવી. આથી ભસ્મક રોગ અવશ્ય અને તત્કાળ નાશ પામશે. તેમજ આ રોગ ઉપર પાકાં કેળાં ખવાય તેટલાં ખાવાં તેમજ બીજા જે ભારે ખોરાકો છે તે આપવાથી ભસ્મક રોગ મટે છે.

૫—કૃમીરોગ અથવા કરમ કે ચરમીયાનો રોગ.

કારણો—ગળપણ ઘણું ખાવાથી, અજીર્ણથી, ભારે ખોરાકથી, શરીરને યોગ્ય કસરત નહિ આપવાથી, આ વગેરે કારણોથી પેટની અંદર કૃમિરોગ થાય છે. **લક્ષણ**—ઝાડો ઘણો થાય અથવા કબજ રહે, પેટમાં દુખે, ખવાય નહિ, અરૂચી, ઉલટી, ઉબકા વગેરે થાય તથા કોઈ વાર નાના અગર મોટા કરમ ઝાડા વાટે બહાર પડે. આ દરદ બાળકોને વિશેષ થાય છે અને તેથી અચ્યું રહે છે, નાક ચોળે છે, ઉંઘમાં દાંત કચડે છે તેમજ અશક્ત અને ફીક્કું પડે છે. કેટલીક વાર તાવ આવે છે. આંચકી શરૂ થાય છે અને કદાચ મૃત્યુ પણ નીપજે છે.

ચિકિત્સા—કપિલો, ખાખરાનાં બીજ, વાવડીંગ આંબાની ગોટલી, કાળી જીરી, દાડમનાં મૂળની છાલ, અને કપૂર સમભાગે લઇ બારીક વાટી મધ અથવા ગોળ સાથે આપવી. માત્રા તોલા પાથી એક, રાત્રે આપી સવારે દીવેલ વગેરે યોગ્ય લાગે તે જુલાબ આપવો. આ દવાથી કરમનો રોગ ચાહે તેવો હોય તો પણ મટયા વગર રહે તો નથી, એ અનેક વારના અનુભવથી સિદ્ધ થયું છે. એક દિવસ આપવાથી આરામ ન થાય તો દરદ મટે ત્યાં સુધી-પાંચ, દશ કે તેથી વધારે દિવસ સુધી આપવાથી તે રોગ અવશ્ય દૂર થશે.

૬–પાંડુ, કમળો, હલીમક.

કારણો--ઘણા ખારા ખાટા, તીખા પદાર્થ ખાવાથી, અતિ સ્ત્રી-સંગ અથવા મદ્ય પીવા આદિ કારણોથી પાંડુ રોગ થાય છે. **લક્ષણ**—નખ, નેત્ર, મળ, મૂત્ર અને શરીરની ચામડીનો રંગ ફીકા પીળા રંગનો થઇ જાય છે. તેમજ મોઢા તથા પગ આદિ સ્થળે થોથર અથવા સોજો જણાય છે.

કમળો—બીજા રોગોની સાથે થાય છે. તેનાં લક્ષણ બહુ ભાગે પાંડુ રોગને મળતાં છે. ખાસ લક્ષણ એ છે, કે શરીરની ચામડી, નખ, નેત્ર, મળ, મૂત્ર વગેરે સર્વાંગ પીળો રંગ ધારણ કરે છે. આ કમળાનું દરદ ઘણું જૂનું થઇ પેટમાં ગાંઠ જેવું બંધાઇ જાય ત્યારે કુંભકમળો અથવા હલીમક રોગ કહેવાય છે.

ચિકિત્સા—નં. ૧–નવસાગર, સુરોખાર, દરેક તોલા બે, સિંધવ, સંચળ, બિડલૂણ, સમુદ્ર લૂણ દરેક તોલો ૦ાા, લીંડીપીપર, તીખાં દરેક તોલા ૨, અજમો, ચિત્રક મૂળ દરેક તોલો ૧ તથા ફૂલાવેલો ટંકણખાર તોલો ૧ આ સર્વને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. માત્રા તોલો ૦ા થી ૦ાા સવાર સાંજ મધ અગર પાણી સાથે લેવું. પાંડુ રોગ માટે આ ચૂર્ણ બે તોલા કુવરપાઠાના ગલ-સાથે ખાવું. આ ઉપા-યથી ગુરૂ કૃપા વડે પાંડુ રોગ, કમળો તથા હલીમક મટે છે.

નં. ૨—કુકરપાડાના ફળને સૂકું લઇ જરા મસળી નાકે

સુંઘવું. આથી, જો કમળાનું દરદ હલકું હોય તો એક જ દિવસમાં નાકમાંથી પાણી દ્રવી મટી જાય છે. નાકમાંથી ઘણું પાણી નીકળે અને બંધ ન પડે તો ઘી સુંઘવું.

૭—સોજો.

કારણો—ઝેરી જીવોના દંશથી, તાવ આદિ દરદમાં અપથ્ય કરેથી, ખાટા પદાર્થો ખાવાથી તેમજ અશક્તિ આદિ કેટલાંક દરદોની સાથે સોજો થઇ આવે છે. **લક્ષણ**—સોજાનાં મુખ્ય ચિન્હમાં રતાશ, ગરમી, વેદના અને સોજો ચડી આવેછે.

ચિકિત્સા—નં. ૧—લક્ષણ તથા કારણને અનુસરી ઉપાય કરવો. પ્રથમ જરૂર જણાયે યોગ્ય રેચ આપવો. અરણીનાં પાંદડાનો રસ, પીલુડીનાં પાનનો રસ, ઝેર કોચલાં અથવા કાળીજીરી આદિનો લેપ કરવો. ભમરી વગેરેના દંશથી અથવા આઘાતથી સોજો ચડયો હોય તો સુરોખાર તોલા ૨, નવસાગર તોલા ૨, દશ તોલા પાણી સાથે મેળવી તે પાણી દિવસમાં બે ત્રણ વખત ચોપડવું. કેટલીક પ્રકારના સો જા માટે આ સિદ્ધ ઉપાય છે. સેક કરવાથી પણ કેટલાક સોજા ઉતરે છે. આ ઉપરાંત લવીંગ, ઘોડાવજ, હળદર તથા ફટકડી સમભાગે વાટી ચોપડવાથી સોજો ઉતરી જશે.

૮—રકતપિત્ત.

કારણો—ઘણા તીક્ષ્ણ પદાર્થો ખાવાથી પિત્ત પ્રકોપ થઈ રક્તને દૂષિત કરે છે. આથી શરીરના એક અથવા અનેક માર્ગોથી લોહી બહાર નીકળે છે. **લક્ષણ**—મોઢું,

નાક દાંત શિશ્ન, ગુદા વગેરે માર્ગોમાંથી લોહી થોડું અથવા ઘણું નીકળે છે તેને રક્તપિત્ત કહે છે. અથવા લોહી ઘણું જ બગડેલું અને કુપિત થયેલું હોય તો તે પરસેવાની માફક શરીરમાંથી વહે છે.

ચિકિત્સા—નં. ૧–રસવંતી, હીરાદખણ, આમળાં, સુરોખાર દરેક તોલો ૧, કપૂર તોલો ૦। અફીણ વાલ ૪, આ સઘળાને બારીક વાટવું. માત્રા તોલા ૦। થી ૦॥, અનુપાન અરડુસીનાં પાન તોલો ૧ લઇ ચાર તોલા પાણી સાથે વાટી દવા સાથે દિવસમાં બે વાર પીવું. આ ઉપરાંત હરસના વ્યાધિમાં જણાવેલી " મહાત્મા પ્રસાદ " નામની ઔષધિ દિવસમાં બે વાર નાગર પાન સાથે આપવી. આથી દરેક પ્રકારનું લોહી પડતું બંધ થાય છે. આ સિવાય અરડુસીની સઘળી બનાવટો જે વૈદક શાસ્ત્રમાં કહેલી છે, તેથી આ દરદ અવસ્ય મટે છે. આ બાબતની સત્યતા નીચેનું શાસ્ત્ર વચન સિદ્ધ કરી બતાવે છે:—

वासायां विद्यमानायामाशायां जीवितस्यच ।
रक्तपित्ती क्षयीकासी किमर्थमवसीदति ॥

અર્થ—જીવવાની આશા છતાં અને વાસા એટલે અરડુસી હયાત છતાં રક્તપિત્ત, ક્ષય અને ખાંસીના રોગવાળા શા માટે પીડાય છે?

૯ ક્ષયરોગ.

કારણો—મળ, મૂત્ર, અને અપાનવાયુ વગેરેને રોક-

વાથી, ઉપવાસ, અતિ સ્ત્રીસંગ અને બળવાન સાથે વેર કરવાથી, ધાતુઓનો ક્ષય થવાથી અને ઘણો શ્રમ તથા અનેક વિરૂદ્ધાચરણ કરવાથી વાયુ કોપ કરી જઠરાને મંદ કરે છે અને પિત્ત તથા કફને બગાડી હૃદયમાં રહેલા જે રસાદિ ધાતુઓ તેને નષ્ટ કરી અથવા મુખ વાટે કાઢી નાખી શરીરમાંથી રક્ત વગેરે જીવન પદાર્થોનો નાશ કરી ભયંકર અને પ્રાણનાશક એવા ક્ષયના મહારોગને ઉત્પન્ન કરે છે.

પૂર્વરૂપ—આ રોગ થવાના આરંભમાં ઘણું કરી સળેખમ ઉધરસ, શ્વાસ વગેરે ઉપદ્રવો થાય છે. ગળફા પડે છે, શરીર સૂકાવા માંડે છે અને જઠરા મંદ પડે છે. અરૂચિ, ઉલટી વગેરે થાય છે. ઉંઘ ઘણી આવે છે. નેત્ર ધોળા રંગનાં થાય છે તેમજ માંસ ખાવાની ઇચ્છા ઉપરાંત રતિ વિલાસ માટે પણ પ્રબલ ઇચ્છા થાય છે. સ્વમાં પણ ભયંકર આવે છે. જીર્ણ જ્વર રહે છે. **લક્ષણ**—ઘણું કરી આ રોગ ત્રણ દોષના કોપથી થાય છે અને તેમાં કેટલીક વાર સંપૂર્ણ રીતે ત્રણે દોષનાં લક્ષણો હોય છે. કોઈ વાર માત્ર તાવ, ઉધરસ ઇત્યાદિ થોડાં જ લક્ષણો જણાઈ વ્યાધિનો વેગ વધી પડે છે. થોડા વખતમાં શરીર ગળી જઈ દર્દી મરણ પામે છે.

ચિકિત્સા—આર્યશાસ્ત્ર ક્ષયના દર્દી માટે બકરીનું દૂધ, છાશ, ઘી વગેરે વાપરવાની તેમજ તેઓના ટોળામાં જ સઘળો સમય ગાળવાની ભલામણ કરે છે. આધુનિક શોધ પણ તેજ વિચારોને અનુસરતી માલુમ પડે છે. એટલે

કે સરવે જાતનાં પ્રાણીને ક્ષયરોગ લાગુ પડે છે, પરન્તુ બકરાંને લાગુ પડતો નથી માટે તેઓના સંગમાં રહેવું એ અતિ ફાયદા કારક છે. ડૉ. ત્રિભુવનદાસ 'શારીર અને વૈદ્યક' શાસ્ત્રમાં લખે છે, કે " ક્ષય રોગીને માટે પહેલા નબંરની દવા કોડલીવર ઑઇલ છે. કોડલીવર ઑઇલ શરીરનું સારૂં પોષણ કરે છે શરીરને પુષ્ટિ આપે છે, માંસનો વધારો કરે છે, ખાંસી તથા બલગમને કમી કરે છે, રાતના પરસેવાને અટકાવે છે અને એકંદર ક્ષય રોગને હઠાવે છે."

ક્ષયરોગ માટે આર્યશાસ્ત્રમાં સુવર્ણ, બંગ, અને અભ્રક માટે ઘણી પ્રશંસા કરેલી છે. અને આ વસ્તુઓ સાથે બીજી વસ્તુઓ મિશ્રિત કરવાનો પ્રયોગ જે એક વિદ્વાન્ મહાત્મા દ્વારા અમારા જાણવામાં આવ્યો છે તે આ પ્રમાણે છે. કેસર, વાવડીંગ, ચિત્રકમૂળ, જાયફળ, લવીંગ, તમાલપત્ર, આંબળાં, ઇલાયચી, સૂંઠ, મરી, પીપર, તજ, કપૂર આ દરેક એકેક તોલો વાંસકપૂર તોલા ૪, લીલાગર તોલા ૬, અભ્રક ભસ્મ શુદ્ધ તોલા ૩, બંગભસ્મ શુદ્ધ તોલા ૧, સોનાના વરખ તોલો ૦ા, શુદ્ધ વચ્છનાગ, શુદ્ધપારો, શુદ્ધગંધક દરેક તોલો પા લઇ પ્રથમ અભ્રક આદિ ભસ્મો અને પારો, ગંધક અને વચ્છનાગ એ સર્વને ખરલમાં ઘૂંટી લેવાં. પછી કાષ્ટાદિ સર્વ દવાઓને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ઘૂંટેલી માત્રાઓ એકંદર મેળવી અરડુસીના રસમાં એક દિવસ ખરલમાં ખૂબ ઘૂંટવું. સુકાયેથી સીસીમાં ભરવું. માત્રા તોલો ૦ા, શક્તિ અનુસાર આપવું અનુપાન મધ તોલો

ાા ઘી તોલો ૧, અને શુદ્ધ શિલાજીત વાલ ૧ આ ચારેને મેળવી એકી સાથે ચાટી જવું. આ ઉપર નવટાંક દૂધ સાથે ાા થી ૧ તોલા સુધી કૅપલર્સ કોડલીવર ઓઇલ દિવસમાં બે ત્રણ વખત લેવું. આ ઉપાય દરદ મટે ત્યાં સુધી કરવો. આ ઔષધ જો વખતસર લેવામાં આવે તો આ રોગ અવશ્ય નાબુદ થાય છે. આ દવા અમોએ જાતે અનુભવેલી છે. "જ્યાં સુધી શ્વાસ ત્યાં સુધી આશ" છે માટે પ્રયત્ન કરવા ચૂકવું નહિ.

પથ્ય--જૂના ચોખા, ઘઉં, ઘી, દૂધ, સાકર, શાકમાં પહેલા નંબરમાં ડોડીની ભાજી તે સિવાય દૂધી તાંદળજો, તુરીઆં અને પરવર. દાળમાં તુવર, મગ થોડાં લેવાં, મસાલામાં ધાણા, જીરૂ, આદુ, તીખાં, લસણ આપી શકાય. આ સિવાયની ચીજો જેવી કે ખટાશ તેલ, મરચાં અપથ્ય સમજવાં. આ ખાનપાન સાથે દર્દીને ચોકખી હવા યોગ્ય કસરત અને છાતી પર કેટલાક શેક તથા રાઈ વગેરે યોગ્ય લેપાદિ કરાવાય છે. આ ઉપરાંત કોડલીવર ઑઇલ છાતી પર ચોળવું. તેથી ઘણો ફાયદો થાય છે. આ પ્રમાણે સારવાર કરવાથી ગુરૂ કૃપાએ દર્દીને અવશ્ય આરામ થશે એ અનુભવ સિદ્ધ છે.

૧૦ ઉધરસ, દમ, હેડકી, ઉલટી.

કારણો—અયોગ્ય આહાર વિહારથી, વાત પિત્તાદિ દોષથી ધાતુઓમાં પ્રકોપ થવાથી, રૂક્ષ પદાર્થો જેવા કે કોદરા ચણા વગેરે ખાવાથી તથા શીતળ પવનથી, શીત

કાળમાં અતિ ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરવાથી, અતિશ્રમ કરવા આદિ કારણોથી ખાંસી, શ્વાસ ઇત્યાદિ રોગો ઉત્પન્ન થાય છે.

લક્ષણ—પ્રાણવાયુ, ઉદાનવાયુ સાથે યોગ કરી ફુટેલા કાંસાના વાસણને ટકોરો મારતાં જેવો ખોખરો અવાજ થાય છે તેવો શબ્દ કરે છે અને જે વાયુ મુખમાંથી બહાર નીકળે છે તે સાથે કફ આવે છે અથવા કફ સિવાય ઠાંસ ઠાંસ થાય છે તેને ઉધરસ અથવા ખાંસી કહે છે. દમ ખાંસી અને હેડકીનાં લક્ષણો સર્વને વિદિત હોઇ અત્રે થોડાંજ જણાવ્યાં છે.

ચિકિત્સા—ઉધરસ, દમ, હેડકી અને ઉલટી આ દરદો ઘણા ભાગે એક સરખાં જ કારણોથી એટલે કે પ્રાણવાયુના પ્રકોપથી થાય છે, તેથી તેના પર ઔષધો પણ એક બીજાનાં લાગુ પડે છે એમ આ નીચે લખેલા મહામુનિ વાગ્ભટના વચનથો સ્પષ્ટ થઇ શકશે.

कासश्वासक्षयच्छर्दि हिध्मश्चान्योऽन्य भेषजै ।

ખાંસી, શ્વાસ, દમ, ઉલટી અને હેડકી એઓનાં કારણો તથા ઉપાયો એક બીજાને અન્યોન્ય લાગુ પડે છે અને તેથી અહીં ઘણું કરીને એક બીજાને ગુણ કરે તેવા ઉપાયો લખવામાં આવ્યા છે.

ચિકિત્સા—લીંડી પીપર તોલો ૧, તીખાં તોલા ૨, દાડમની છાલ તોલા ૪, અને જવખાર તોલો ૧. આ સર્વને ખાંડી, વસ્ત્રગાળ કરી આઠ તોલા ગોળમાં મેળવી

પા પા તોલાની ગોળી વાળી લેવી. માત્રા ગોળી ૨-૪, દિવસમાં બે વાર ભોંય રીંગણીના ઉકાળા સાથે ખાવી, આ દવાના સેવનથી વૈદ્યોએ છોડી દીધેલા ઉધરસના દરદીઓ પણ સારા થયા છે. નં. ૨—ચિત્રકમૂળ, આકડાનાં મૂળ, પીપર, તીખાં, લવીંગ, કપૂર દરેક તોલો એકેક અને અફીણ તોલો ०। આ સર્વ ખાંડી ચૂર્ણ કરી ખરલમાં ધંતુરાનો રસ તોલા ૨, મેળવી ભોંયરીંગણીના રસ તથા અરડુસીના રસ સાથે પલાળી એક પહોર ઘૂંટવું. પછી સૂકવી સીસીમાં ભરી મૂકવું. માત્રા વાલ ૨થી ૪. શક્તિ પ્રમાણે મધ સાથે દિવસમાં બે વખત આપવી. આ દવાથી ગુરૂ કૃપા વડે અનેક પ્રકારની ઉધરસ નાબુદ થાય છે એ અનુભવ સિદ્ધ છે. નં. ૩-દમના રોગ માટે ધંતુરો સારો ફાયદો કરે છે અને તેનો ઉપયોગ આ પ્રમાણે કરવો:-તમાકુને બદલે ધંતુરાના પાનની બીડી વાળી દમ ચઢે તે વખતે શક્તિ પ્રમાણે પીવી. આ ઉપાયથી દમ અને હેડકી બન્નેને શાંતિ-ફાયદો થાય છે. તેમજ ધંતુરાનું એક બી સવારમાં દરરોજ ખાવું અને એ રીતે એકેક વધારી પાંચ સાત બી સુધી દરરોજ ખવાય ત્યાં સુધી વધારવું, આ ઉપાયથી દમનું દરદ મટે છે. નં. ૪—મનસીલ તોલો પા લઇ પાણી સાથે વાટી બોરડીનાં એકવીસ પાંદડાં ઉપર ચોપડવું અને સુકવીને ઉધરસ, હેડકી તથા દમ ઉપર ચલમમાં મૂકી અથવા બીડી વાળીને પીવાં. તાવની અંદર હેડકી આવતી હોય તો રઈ તોલા ૨ લઇ પાશેર પાણી સાથે વાટીને દરદીને દર પા

કલાકે એકથી બે તોલા પાયા કરવું. ઉલટીના ઉપાય કારણને અનુસરી કરવા. તે સિવાય લીંબુ ચુસાડવાં, બરફ આપવો અને ઈલાયચી તોલો પા વાટી લીંબુનો રસ તોલા ૦। સાથે પાશેર પાણી મેળવી સહજ સાકર નાખી બે ચાર વખત પાવાથી ઉલ્ટી બંધ થશે. નં. ૫—દૂધ સાથે ચુનાનું નીતર્યું પાણી સમભાગે મેળવી પાવું. હોજરી પર રાઇનું પ્લાસ્ટર મારવું જેથી ઉલ્ટી બંધ થશે. નં. ૬—પીપળાનાં સુકાં છોડીઆં લઇ તેની રાખ કરી ચાર તોલાને આશરે લઇ પાશેર પાણીમાં નાખવી. રાખ તદન નીચે બેસી જાય એટલે ઉપરનું નીતર્યું પાણી લઇ કલાકને અંતરે ચાર ચાર તોલા પાવાથી ઉલ્ટી પર જાદુઇ અસર થાય છે. નં.—૭ વડની વડવાઇ તોલા બે, પાશેર પાણી સાથે ઘુંટી થોડી સાકર મેળવી દર કલાકે દરદીને બબ્બે તોલા પાવાથી ઉલ્ટી બંધ થશે.

૧૧. મૂર્ચ્છા (બેશુદ્ધિ).

કારણો—વાયુ, પિત્ત વગેરેની અત્યંત વૃદ્ધિ થવાથી, મળ-મૂત્ર વગેરેના વેગોને રોકવાથી તથા મિથ્યા આહાર વિહાર કરવાથી તેમજ કોઇ પ્રકારના માર વગેરેનો આઘાત થવાથી મૂર્ચ્છા અથવા બેશુદ્ધિ ઉત્પન્ન થાય છે. **લક્ષણ**—મસ્તકમાં રહેલા જ્ઞાનતંતુઓ વાત, પિત્ત, કફ અને રક્ત વગેરેના કારણથી દબાઇ જઇ મૂઢ બને છે અને સુખ દુઃખનું જ્ઞાન નષ્ટ થઇ માણસ લાકડાની માફક શૂન્ય થઇ પડી રહે

છે. આવું દરદ મૂર્છા, મોહ અથવા બેહોશીના નામે ઓળખાય છે.

ઉપાય—મોઢા ઉપર ઠંડું પાણી છાંટવું. સારી અને ખુલ્લી હવામાં રાખવો. નાકે આમોન્યા સૂંઘાડવું. બની શકે તેમ હોય તો રેચ આપવો. હાથ પગ ચાંપવા અને ચોળવા. વધારે વખત બેશુદ્ધ રહે તો છાતી ઉપર રાઇનું પ્લાસ્ટર મારવું. દવા માટે શીતલ ઉપચારો કરવા. આમ છતાં દરદી જાગ્રત ન થાય તો થોડાં મરી, તથા પીપર બારીક વાટી આંખમાં આંજવું. તેમજ કાગળની ભૂંગળીમાં મૂકી નાકમાં ફૂંક મારવી. કોઇ વખત થોડી ક્ષણને માટે નાક યા મોઢું દબાવવું.

૧૨. દાહ.

કારણો—દાહ થવાનાં અનેક કારણો છે. જેમકે અત્યંત પિત્તકારક પદાર્થોનું સેવન કરવું, તાવ આવવો, મદ્યપાન કરવું, તડકામાં ફરવું, તરસ મારવી, શસ્ત્રાઘાત થવો, ઝેરી જંતુનું કરડવું, ભૂખ લાગવી એ આદિ કારણોથી શરીરમાં બળતરા થાય છે તેને દાહ કહે છે. **લક્ષણ**—પિત્ત કોપનાં અનેક કારણોથી જ્યારે પિત્ત અત્યંત કોપી હૃદયમાં રહેલા સમાન વાયુ સાથે રસ રક્તાદિ ધાતુઓ સહિત મળી શરીરમાં દાહ એટલે બળતરા કરે છે.

ચિકિત્સા—કારણને અનુસરી ઉપાય કરવો. દરદીને શીતલ ઉપચારો કરવા. જેવા કે બરફ સુંઘાડવો, ઠંડા પાણીની માથા પર ધાર કરવી શીતળ પવન નાખવો અથવા

વીરણનો વાળો, ધાણા, ગળજીભીનાં પાન દરેક તોલો એક લઇ અરધાશેર પાણીમાં વાટી તેમાં તોલા. ૬ ખાંડ નાખી દર પા કલાકે ત્રણ વખત દરદીને આ સરબત પાવું. તેમજ મળી શકે તો લીંબુનું સરબત પાવું.

૧૩. ઉન્માદ (દિવાના પણું)

કારણો—ભય, શોક, હરખ. ચિંતા તથા સંત, મહાત્મા, બ્રાહ્મણ આદિનો તિરસ્કાર કરવાથી, ઝેરી પદાર્થોનું સેવન વગેરે કારણોથી ધાતુઓ વિકારી થઇ આ દોષ લાગી મન તથા બુદ્ધિને ભ્રષ્ટ કરી જ્ઞાનશક્તિ નષ્ટ કરે છે.

લક્ષણ—સત્ત્વ ગુણનો નાશ થઇ રજો ગુણ વૃદ્ધિ પામે છે. આથી સારાસારનો વિચાર નષ્ટ થઇ અજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. તથા મનની વૃત્તિઓ ચંચળ બની જાય છે. આવે પ્રસંગે દરદી ગાય છે, રૂવે છે, બકે છે, હસે છે અને વિચિત્ર પ્રકારની વાણી તથા વાકયો બોલે છે. અથવા નાસભાગ કરે છે, કેટલીકવાર મારવા દોડે છે. આ લક્ષણોથી તે દિવાનાના નામથી ઓળખાય છે.

ચિકિત્સા—આ વ્યાધિ માત્ર માનસિક વિકારોથી તેમજ અશાન્તિથી ઉત્પન્ન થાય છે. આ કારણથી જે ઔષધો બુદ્ધિને સુધારે અથવા મનને શાન્ત કરે તેવી ઉપાયોની યોજના કરવી અને તેથી મન તેમજ બુદ્ધિ વગેરે ઉત્તમ શક્તિઓના કારણભૂત જે જ્ઞાનતંતુઓ તે સુધરી મનમાં સત્ત્વગુણ પેદા થતાં આ દરદ નાશ પામે છે. આવા ગુણ

ધરાવનાર ઔષધો જો કે ઘણાં છે તોપણ જેવું આ રોગ ઉપર ગુણકારી વજ, બ્રાહ્મી, સુવર્ણ અને શિલાજીત છે તેવું બીજું જવલ્લેજ હશે. આ ચીજો દરેક જુદી જુદી વાપરવાથી પણ સારો ફાયદો થાય છે. તો પણ આ સર્વની મેળવણીવાળી ક્રિયા જે એક પરોપકારી મહાત્માએ બતાવેલી છે તે અત્રે લોકોપકારની દૃષ્ટિએ આપીએ છીએ:— બ્રાહ્મી, શંખાવલી, સીંધાલૂણ, લવીંગ, આસનમૂળ, જીરૂ, કાળુંજીરૂ, હરડે, આંબળાં સુંઠ, પીપર, તીખાં, બોડી અજમોદ, કાળીપાટ, વાંસકપૂર, આ દરેક તોલો ૧, આ બધા વજનનું અડધું વજનું ચુરણ લેવું. આ સર્વને ખાંડી વસ્ત્રગાળ કરી બ્રાહ્મીના રસની એક ભાવના દેવી. (એક પહોર પલાળીને સૂકવવું) એજ રીતે અંકોલના પાનના રસની ત્રણ ભાવના દેવી. માત્રા તોલા પા થી અરધો. અનુપાન મધ તોલો ૦॥, ઘી તોલા ૧, સોનાનો વરક નંગ ૧, તથા શુદ્ધ શિલાજીત વાલ ૨ થી ૪ સર્વને એકંદર મેળવી સવારમાં દરરોજ ખાવું. આ ઉપાયથી ગુરૂ કૃપાવડે સર્વ પ્રકારના ચિત્તભ્રમ તથા ઉન્માદ રોગ અવશ્ય મટે છે, એ અનુભવ સિદ્ધ છે.

૧૪. અપસ્માર—વઇ—ફેફરૂ.

કારણો—કફ તથા વાયુને કોપાવનારા એવા મિથ્યા આહાર વિહાર કરવાથી, ભય, શોક અને ચિંતા એ આદિ કારણોથી અપસ્માર અથવા વઇનો રોગ થાય છે. **લક્ષણ**—પ્રથમ જ્યારે વઇનો વ્યાધિ થવાનો હોય ત્યારે હૃદય કંપે

છે, બુદ્ધિ શૂન્ય થાય છે, કલ્પિત ચિંતા થાય છે. અને મૂર્છા થવાની સાથે સર્વ જ્ઞાનેન્દ્રિયો અચેત બની જાય છે.

ચિકિત્સા--કારણોને અનુસરી ઉપાય કરવો. ઉન્માદના વિષયમાં લખેલું ઔષધ આપવું. આ ઉપરાંત કરીઆતાનો ઉકાળો તોલા ૧૦ લઇ તેમાં ફુલાવેલો ટંકણખાર વાલ ૧૦ નાખી મેળવી ત્રણ ભાગ કરી દિવસમાં ત્રણ વખત પીવાથી આ દરદ મટે છે.

સૂચના--વાઇનો દરદી અમારી રૂબરૂમાં આવશે તો તેની પ્રકૃતિનો વિચાર કરી યોગ્ય ઔષધ આપવામાં આવશે. દરદી અનાશ્રિત હોવાનું ખાત્રી પૂર્વક માલૂમ પડશે તો તેને દવા મફત કરવામાં આવશે. બાકી બીજા પાસેથી દરદ મટે યથાશક્તિ દ્રવ્ય લેવામાં આવશે. અમારી દવાથી ગુરૂકૃપાએ અનેક દરદીઓ દરદમાંથી મુક્ત થયાં છે.

૧૫. પ્રમેહ (પરમીયો)

કારણો—ઘણા ગળ્યા પદાર્થોનું અથવા મરચાં આદિ ગરમ મસાલાનું અતિશય સેવન કરવાથી, મદ્ય પીવાથી, જળચર જીવાદિના માંસ ભક્ષણથી અથવા કફ કરનાર પદાર્થોના સેવનથી, તેમજ પ્રદર રોગવાળી સ્ત્રી સાથે સંભોગ કરવાથી પ્રમેહ અથવા પરમીયો થાય છે.

લક્ષણ—મૂત્ર બે રંગી કે ડોળાયલું આવે છે, તાવ આવે છે, તરસ લાગે છે, પેશાબે બળતરા થાય છે, ઝાડાનો કબજો રહે છે. કેટલાક પ્રમેહોમાં વીર્યનો થોડા કે વધારે

પ્રમાણુમાં શ્રાવ થાય છે અથવા પેશાબ ગળપણ યુક્ત આવે છે તે, તે પર કીડીઓનો જમાવ થવાથી જણાય છે.

ચિકિત્સા—આ રોગ ઉપર જો કે અનેક ઔષધો છે તો પણ તેને જડમૂળથી નાશ કરવાનો જે ગુણ શીલાજીત અને અબરખ ભસ્મમાં છે એવો બીજી દવાઓમાં ભાગ્યેજ હોવો સંભવે છે. આર્ય મહાત્માઓ પણ પ્રબોધે છે કેઃ—

मधुमेहत्वमापन्नो भिषग्भिः परिवर्जितः ।
शिलाजतुतुलामद्यात्प्रमेहार्तिपुनर्नवः

અર્થ—મધુ પ્રમેહની સ્થિતિએ પહોચેલો અને વૈદ્યોએ ત્યાગી દીધેલો પ્રમેહનો રોગી જો એક તુલા એટલે કે ચારસો તોલા શીલાજીત ખાય તો તેનું શરીર ફરીથી નવું એટલે પહેલાંની માફક જ નીરોગી થઇ જાય છે, એમ મહામુનિશ્રી વાગ્ભટ ઉપદેશે છે. આ સાથે અબરખ ભસ્મની પ્રશંસા કરતાં મહાનુભાવ ભાવમિશ્ર જે પ્રબોધે છે તે વિષે અમે આ પુસ્તકના પાના ૫૦ માં દર્શાવ્યું છે ત્યાં વાચકે આના સંબંધમાં ફરીથી જોવું જરૂરનું છે. આ ઉપરાંત,

નં. ૧—વ્યાધિ કુલાંતક વટી—હરડેદળ, વજ, નાગરમોથ, વાવડીંગ, હળદર, લીંડીપીપર, કપુર, કચોરો, સૂંઠ, ઇલાયચી, તજ, તમાલપત્ર, કેસર, નાગકેસર, ગળો, ચિત્રકમૂળ, કૌચનાં મૂળ આ દરેક અકેકું તોલો તેમજ અંકોલના બીની મીજ અને વાંસકપુર દરેક તોલા ૪, સીંધવ, સુવર્ણ માક્ષિક ભસ્મ દરેક તોલા બે, લોહભસ્મ તોલા ત્રણ,

અબરખ ભસ્મ તોલા સાત, શીલાજીત શુદ્ધ તોલા ૧૦, શુદ્ધ ગુગળ તોલા બાર આ સઘળું લઇ પ્રથમ કાષ્ઠાદિ દવાઓને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી પછી ભસ્મો, શીલાજીત અને ગુગળ એ સર્વને ખરલમાં એકત્ર કરી પાણીથી ઘૂંટી પાપા તોલાની ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી એક દરરોજ ઠંડા દૂધ અગર પાણી સાથે લેવી. આ ઔષધના સેવનથી ગમે તેવો પ્રમેહનો રોગ નાબુદ થઇ જશે. આ ઉપરાંત બીજા પણ વ્યાધિઓ આ ગોળીથી નષ્ટ થઇ જાય છે.

નં. ૨—વાંસકપુર, સુરોખાર, ઇલાયચી, ચીણીકબાલા, દરેક તોલો એક, કપુર, વાવડીંગ દરેક તોલો ૦ાા, સર્વને ખાંડી ચૂર્ણ કરી માત્રા તોલા પાથી અડધો દિવસમાં એકથી ત્રણ વખત થંડા પાણીના ઘૂંટ સાથે લેવું. નં. ૩—ઇલાયચીના દાણા, સુરોખાર, ફુલાવેલી ફટકડી દરેક તોલો એક, સાકર તોલા ત્રણ વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી તેમાં ચાર વાલ કપુર મેળવી માત્રા તોલો પા થી અડધો પાણી સાથે લેવું. નં. ૪—ચણીકબાલા, ગોખરૂ, સોનાગેરૂ, સમભાગે વાટી ચૂરણ કરવું માત્રા તોલો પા સુખડના તેલનાં ટીપાં પંદર સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત ખાવું. નં. ૫—કાંસકી (ખપાટ) નાં પાન તોલો એક, પાણી તોલા પાંચ સાથે સાત દિવસ લગી પાવું. નં. ૬—શુદ્ધ વછનાગ તોલો પા, સાફ કરેલા ધંતુરાનાં બી તોલો પા, કેસર તથા નાગકેસર દરેક તોલો અર્ધો અકલગરો, ઘીમાં તળેલાં ઝેરકચોળાં, જાવંત્રી, લવીંગ, બોડીઅજમોદ દરેક તોલો એક, કપુર તોલો અરધો અને અ-

ફીણ તોલો પા તથા લાલાગર તોલા બે. આ સર્વને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂરણ કરી પાણી સાથે એક પહોર ઘૂંટી તીખાં જેવડી ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી એક અથવા શક્તિ પ્રમાણે વધારે, પા તોલા મધ સાથે ખાવી અને ઉપરથી રૂચિ અથવા શક્તિ પ્રમાણે દૂધ પીવું. આ ઔષધથી ધાતુ-શ્રાવ મટે છે અને પુરૂષત્વ પ્રાપ્ત થાય છે તેમજ આ દવા પૌષ્ટિક અને ધાતુસ્તંભક છે. **સૂચના**—આ દવાની અંદર અફીણ વગેરે ઝેરી ચીજોછે માટે વિચાર કરી જરૂર પ્રમાણે યોગ્ય પ્રમાણમાં વાપરવી. આ દવાથી બંધાણ પડી જવા ભય રહે છે માટે ખાનારે તે લક્ષમાં રાખવું. વળી વિશેષ સૂચના એ છે, કે પોતાનું દીર્ઘાયુષ્ય અને ખરૂં કલ્યાણ ઇચ્છનારા-ઓએ પોતાના મન ઉપર હંમેશાં યોગ્ય અંકુશ રાખવો અને સ્વશક્તિ અથવા વીર્યના જમાખર્ચ બાબત યોગ્ય ધ્યાન આપવું. એમ કરવાથી શરીરાદિ સર્વ સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે અને વૈદ્યોની ગરજ ઓછી પડે છે. માટે વિચારશીલોએ આ ઉત્તમ વિચાર ધ્યાનમાં રાખવા ચૂકવું નહિ.

૧૬ ઉપદંશ (ગરમી)

કારણો—શીશ્નેન્દ્રિયપર નખક્ષત થવાથી, રજસ્વલાકે ગરમીના રોગથી પીડિત સ્ત્રી સાથે સંભોગ કરવાથી, ઇંદ્રિયને સાફ ન ધોવાથી, આ આદિ કારણોથી ઉપદંશ એટલે ચાંદીનો રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. **લક્ષણ**—પ્રથમ જનનેન્દ્રિય ઉપર નાની એક અથવા વધારે ફોલ્લીઓ થઈ ચાંદી પડે છે અને તે ઉંડી ઉતરી તેમાંથી પરૂ નીકળે છે. આને લીધે ઇંદ્રિયપર

સોજો ચડે છે અને કોઈ વખત જાંગના મૂળમાં બદ નીકળે છે, તાવ આવે છે અને જો ગરમીનો રોગ ઘણા જોરમાં થયો હોય તો તે આખા શરીરમાં ફૂટી નીકળે છે તેને સાધારણ રીતે વિસ્ફોટક અથવા ગરમી થઈ કહેવાય છે. આ ઉપરાંત [illegible] આ કારણથી સંધીવા, ક્ષય, ફેફર, ત્વચારોગ, નેત્રરોગ થાય છે. વળી નખ, કેશ, હાડકાં, સાંધા અને મોઢામાં આ દરદ લાગુ પડે છે એટલું જ નહિ પરંતુ આ રોગના દરદીની જે દુર્દશા થાય છે તેટલી બીજા કોઈ દરદથી થતી નથી. કારણ આ દુષ્ટ રોગો (ગરમી અને પ્રમેહ) વંશપરંપરા ચાલે છે. ટુંકામાં આ રોગથી મુક્ત પુરૂષને પુણ્યશાળી જ સમજવો.

ચિકિત્સા—ગરમીની ખાસ દવા પારો છે. પારાથી ગરમીનો રોગ જાદુઈ રીતે દબાય છે, અને મટી પણ જાય છે. આ કારણથી કેટલાક સારા ઉપાયો અહીં આપવામાં આવ્યા છે:—નં. ૧–પારો, ગંધક, હીંગળોક, હડતાલ, મનશીલ દરેક તોલો એકેક, કાથો, શંખજીરૂ, ટંકણખાર, બોધરશંખ, કપીલો તથા સોનાગેરૂ દરેક તોલો દોઢ, આ સઘળું લઈ વાટી વસ્ત્રગાળ બનાવી, તે કોરી ભૂકી ઘી અગર દીવેલ સાથે મેળવી ચાંદી ઉપર ચોપડવી યા ભભરાવવી. આથી સર્વ પ્રકારનાં ચાંદાં–ચાંદી મટે છે. નં. ૨–સોપારીની રાખ, સોનાગેરૂ, કપુર, તથા શંખજીરૂ વાટી ચાંદી ઉપર લગાવવાથી તત્કાળ મટે છે. તેમજ ધોળી કરણના મૂળને પાણી સાથે ઘસી ચોપડવાથી આ ભયંકર રોગ નાશ પામે છે. નં. ૩—ગરમીના મહારોગ માટેનું ઔષધ આ છે,

જે પારો, વાવડીંગ, લવીંગ, અકલગરો, તીખાં, અર્કમૂળ, ઉપલસરી દરેક તોલો એક, અજમો તથા જુનો ગોળ દરેક તોલા ચાર અને બીલામાં તોલા ૬ લઇ પ્રથમ પારાને ગોળ તથા બીલામાં સાથે ખૂબ ઘૂંટી પછી બીજી દવાઓનું વસ્ત્ર-ગાળ ચૂરણ કરી ભેગું મેળવી ઘૂંટી પાપા તોલાની ગોળી-ઓ વાળી લેવી. દરરોજ સવારમાં એક ગોળી ગળવી. પથ્ય—દૂધ, ચોખા અને સાકર ખાવાં. જો મોઢામાં થુંકનો વધારો થતો જણાય તથા મોઢું આવ્યું એમ લાગે તો દવા બંધ કરવી અને જરૂર પડે તો થોડા દિવસ કેડે ફરી એ જ રીતે કરવું. આ ઉપાયથી ગરમીનો રોગ અવશ્ય મટે છે. **નં. ૪-કેસરાદિવટી**—કેસર, સાકર, સુખડ, રસકપુર, લવીંગ અને જાવંત્રી સમભાગે લઇ પાણીથી ઘુંટી મગ મગ જેવડી ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી ૧–૪ દરરોજ ખાવી. તેમજ આંતરે કે ચોથે દિવસે હીમજ તથા મીઢી-આવળની જરૂર પ્રમાણે એક બે દસ્ત થાય તેટલી ફાકી ફાકવી. આ પ્રમાણે દરદ મટે ત્યાં સુધી કરવું. ગરમી માટે આ ઉત્તમોત્તમ ઉપાય છે. પથ્યમાં ખટાશ, તેલ, મરચાં ખાવાં નહિ. **નં. ૫**—ભોંયરીંગણીના મૂળની છાલ તથા પાંદડાં દરેક બબ્બે તોલા લઇ પાણીથી વાટી સાત ટીકડીઓ કરવી. પછી ઘરની અંદર બેસી કોરી ચલમમાં એક ટીકડી મૂકી દેવતા ચઢાવી તમાકુની માફક પીવી. એ રીતે સાત દિવસ પીવાથી રોગ નાબુદ થાય છે. પથ્યમાં ચણાની રોટલી અને સિંધવ, ધાણા જીરૂ નાખી કરેલી માત્ર ચણાની જ દાળ ખાવી.

૧૭—ત્વચારોગ (ચામડીનાં દરદ).

ખસ—પારો, ગંધક, મનશીલ, ધંતુરાનાં બીજ તીખાં દરેક તોલો એક તથા સોનાગેરૂ તોલા બે, કળી ચુનો તોલા ચાર અને કપુર તોલો અડધો, સર્વને ખરલમાં નાખી બારીક ઘુંટી દીવેલ સાથે કાલવી ચોપડવાથી માત્ર એક જ દિવસમાં ખસનું દરદ શાન્ત થાય છે. અને બે ત્રણ દિવસ એ મુજબ કરવાથી મટી જાય છે. આ ઉપાય ખસ માટે ઘણો સરસ છે.

દાદર--ગંધક, બોદારશંખ, કાથો, કપુર, ટંકણખાર, રાળ અને મનશીલ દરેક તોલો એક અને અફીણ તોલો પા એ સર્વને પાણી સાથે ઘુંટી ગોળી વાળવી. જ્યારે દાદર ઉપર ચોપડવાની જરૂર પડે ત્યારે પાણી સાથે ઘસી ચોપડવી. આ ઉપાયથી દાદર મટે છે એટલું જ નહિ; પરન્તુ ખરજવાને પણ ફાયદો કરે છે. વળી બળતરા બળતી નથી.

કોઢ--ધોળી ગરણીનાં મૂળને પાણી સાથે ઘસી ચોપડવાથી ધોળા કોઢ મટી જાય છે તેમજ બોરીયા કલારનાં પંચાંગને દરરોજ એક તોલા દૂધ સાથે હમેશાં સેવન કરવાથી અને યોગ્ય પરહેજી રાખવાથી અનેક પ્રકારના કોઢ અજાયબ રીતે મટે છે. નેત્ર રોગો પણ મટે છે.

૧૮—મુખરોગ.

ઉપાય—ફુલાવેલો ટંકણખાર, ફુલાવેલી ફટકડી, રાતી ફટકડી, સફેદ કાથો, ઇલાયચી, બોદારસંખ, ચણીકબાલા,

પાષાણભેદ, શંખજીરૂ, સોનાગેરૂ, કપૂર અને હીરાદખણ દરેક તોલો એક તથા ફુલાવેલું મોરથુથુ તોલો પા, સર્વેને ખરલ કરી વસ્ત્રગાળ બારીક ભૂકી બનાવવી. તેમાંથી પા તોલો દવાને એક તોલા મધ સાથે મેળવી મોઢામાં ચોપડવાથી અથવા એકલી ભૂકી દાંતે ઘસવાથી મોઢાનાં અને દાંતનાં સરવે જાતનાં દરદ તત્કાળ મટે છે.

૧૯—કાનનાં દરદ.

ઉપાય—મરેલો એક વીંછી લઇ તેને પાંચ તોલા તેલ અને પાંચ તોલા પાણી સાથે કડાઇમાં નાખી ઉકાળવો. પાણી બળી માત્ર તેલ રહે ત્યારે લુગડે ગળી સીસીમાં તે ભરી મૂકવું. આ તેલનું ટીપું દરદીના કાનમાં નાખવાથી કાનનાં સરવે દરદો નાબુદ થાય છે. નં. ૨—કાનમાં સણકા આવતા હોય તો આકડાનાં પાકાં પાનને જરા ઘી ચોપડી દેવતાપર ઊનું કરી તેનો રસ કાનમાં નીચોવવાથી બંધ પડે છે. તેમજ કપુર વાલ ચાર, અફીણ વાલ એક, બે તોલા તેલ સાથે મેળવી દેવતાપર ઊનું કરી કાનમાં ટીંપું પાડવાથી પીડા મટશે. પરૂ વહેતું હોય તો કાનમાં ટંકણખાર અગર સમુદ્રફીણની ભુકી નાખી તે પર લીંબુનો રસ નીચોવવાથી મટશે.

૨૦—નાકનાં દરદ.

ઉપાય—નાકમાં છોડ પડતું હોય તો કપુર ઘી સાથે મેળવી સુંઘવું. લીંબોળીનું તેલ સુંઘવું. અથવા ટરપનટાઇન તેલ પાણી સાથે મેળવી નાકમાં ટીપાં પાડવાં અગર પીચ-

ફરી મારી ધોવાથી નાકના જીવડા નાશ પામી આરામ થાય છે.

૨૧—આંખનાં દરદ.

ઉપાય—હરડાં, બેહાં, આંબળાં, લોદર દરેક તોલો એક લઇ ઝીણાં કચરી દશ તોલા પાણી સાથે ચોવીસ કલાક પલાળી રાખવાં. પછી તે પાણીને સાસીમાં ગાળી લઈ તેની અંદર ફુલાવેલી ફટકડી, જસતનું ખાપરીયું, કપુર, અફીણ, ફુલાવેલો ટંકણખાર, ફુલાવેલું મોરથુથુ, સીંધવ, તથા મધ દરેક ચાર ચાર વાલ નાખવું, જ્યારે આંખ દુઃખવા આવે ત્યારે આ દવાનાં ટીપાં દિવસમાં ત્રણ વખત નાંખવાં. આ ઔષધનો બે ચાર દિવસ ઉપયોગ કરવાથી આંખને આરામ ન થાય તો જલદીથી કોઇ સારા નેત્ર વૈદ્યની સલાહ લેવા ચૂકવું નહિ. નં. ૨—ધોળી ચણોઠીનું મૂળ અને લવીંગ પાણી સાથે આંખમાં આંજવાથી ઘણા વખતનું પડેલું ફુલું મટે છે. તેમજ ધોળી સાટોડીના મૂળને મધ સાથે ઘસી આંખમાં આંજવાથી નેત્રના અનેક રોગો શ્રી ગુરૂકૃપાથી મટે છે.

૨૨—માંથાનાં દરદો

ઉપાય—કારણને અનુસરી કરવો. જો અજીર્ણ વગેરે કારણથી માથું દુખતું હોય અથવા તો પિત્તના કોપથી માથામાં દરદ થતું હોયતો અનુકૂળ પડતો જુલાબ લેવો. તેમજ ક્રમશઃ પાચન તથા શીતળ ઉપાય યોજવા. ગરમીથી

માથું દુખતું હોય તો ઠંડા પાણીની માથા પર ધાર કરવી. શરદીથી દુખતું હોય તો ગરમ શેક તથા લેપ કરવો. અર્ધશીશી (આદ્દાશી) થઇ હોયતો અરીઠા એકની છાલ કાઢી એક તોલા પાણી સાથે પલાળી, ચોળી તે પાણીનું ટીપું નાકે સુંઘવું. દસ્ત સાફ આવે તેમ કરવું. અથવા દૂધની ખીર કરી તેની અંદર જોઇતાં ઘી સાકર નાંખી રૂચિ અનુસાર ખાવાં. વળી કરણના પાનનો રસ સુંઘવાથી પણ આદ્દાશી મટે છે. આ ઉપરાન્ત કરીઆતું તોલો એક લઇ આડધા શેર પાણી સાથે ઉકાળતાં નવટાંક પાણી રહેથી લુગડે ગાળી તેમાં પા તોલો નવસાગર નાખી તે પાણી અર્ધભાગે દિવસમાં બે વાર પીવું. આ ઉપાયથી ઘણા પ્રકારનાં માથાનાં દરદો ઉપર ચમત્કારી ગુણ થાય છે.

૨૩—સ્ત્રીરોગ.

પ્રદરરોગ—આસો પાલવની છાલ તોલા ૪, બકરીનું દૂધ તથા પાણી દરેક તોલા ૩૦, છાલ કચરીને દૂધ તથા પાણી સાથે મેળવી માટીના વાસણમાં નાખી દેવતાપર ઉકાળવું. પાણી બળી માત્ર દૂધ રહે ત્યારે તેને ગાળી લઇ પીવું. આમ પાંચ સાત દિવસ કરવાથી શ્વેતપ્રદર અથવા રકતપ્રદર (લોહીવા) તેમજ બીજા ધાતુના રેગો જડમૂળથી નાબુદ થશે. આસોપાલવમાં રહેલા એવા ગુણને લીધે જ સંસ્કૃતમાં તેને **અંગનાપ્રિય** એવું નામ આપેલું છે.

વંઝારોગ—લક્ષ્મણા (હનુમાન વેલ) ના વેલાને એક

તોલા દૂધ સાથે સાત દિવસ સુધી સ્ત્રી રૂતુસ્નાન પછી પીએ તો નિશ્ચે તેને પુત્ર થાય, એ પ્રમાણે મહાત્મા ભાવમિશ્રનું કથન છે. ૨—ધોળા ફુલની ભોંયરીંગણીનાં મૂળને ઉપર લખ્યા મુજબ સેવન કરવાથી વંઝા દોષ નાશ પામે છે. ૩—ખેરટીનાં પાંદડાં, કાંસકીનાં પાન, વડની વડવાઈ, નાગકેસર, ખાંડ અને જેઠીમધનાં મૂળ, દૂધ સાથે વાટી ઉપર પ્રમાણે વાપરવાથી પણ સંતતિ થાય છે. ૪—જીઆપોતાનાં ફળની મીજ તોલો ૦। થી ૦॥ દરરોજ દૂધ સાથે પીવાથી સ્ત્રી નિશ્ચય ગર્ભ ધારણ કરે છે એવું મહામુનિ સિદ્ધ નાગાર્જુનનું વચન છે.

૨૪ બાળરોગ.

બાળકોને અફીણની ગોળી કરવાથી થતાં નુકસાનો આ પુસ્તકના અફીણના વિષયમાં જણાવ્યાં છે અને તેથી તેનો ઉપયોગ કરવો બંધ કરવો એ પ્રત્યેક માતાનો ધર્મ છે. વળી બાળકનાં સાધારણ દરદોના ઉપાય જાણવાની માને ખાસ જરૂર છે. વળી ખાસ જરૂર સિવાય દવા આપવી એ પણ નુકસાન કારક છે એ તેઓએ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું ઘટે છે. વારે વારે રેચ આપવાથી તે ટેવરૂપ થઇ જાય છે અને બચ્ચાંનું શરીર અશક્ત બને છે. માટે રેચ માટે કોઇ પણ ચીજ ખાસ જરૂરને પ્રસંગે જ આપવી. બાળકને હમેશ ઉના કોકરવરણા પાણીથી સારી રીતે ચોળીને નવરાવવું કે જેથી માથાના કેશના મૂળમાં અગર બીજા ગુપ્ત ભાગોમાં જામેલો મેલ સારી રીતે સાફ થઈ જાય.

દરરોજ બાળકને પાથી અડધા કલાક સુધી ચોકખા તલના તેલનું શરીરે મરદન કરવું આ માલીશ કરવાનું કામ બાળક દશ વરસનું થાય ત્યાં સુધી દરરોજ ચાલુ રાખવું. આમ છતાં તાવ હોય તેવા સમયમાં તેલ વગેરે ચોળવું નહિ. તેમજ ઝાડો થાય એવા પ્રસંગોમાં પણ મરદન અટકાવવું. આ પ્રમાણે દશ વરસ સુધી બાળકને જો હમેશ તેલ ચોળવામાં આવે તો તેની કાંતિ પ્રફુલ્લિત બને, શરીર મજબુત થાય અને બુદ્ધિ ખાલે સિંહની સમાન હીંમતવાળો અને ભાગ્યશાળી થવા માટેના ઉત્તમોત્તમ ઉપાય તેમ માલીશ કરવા સિવાય બીજો ભાગ્યે જ નીવડી શકે.

બચ્ચાંને સર્વ પ્રકારે ભાગ્યશાળી બનાવવાનું સાધન માત્ર બાળકની માતા પોતે જ છે. ડૉ. ત્રિભુવનદાસ લખે છે તેમ " સંક્ષેપમાં કહીએ તો આદમીની આખી જીંદગીનું બંધારણ તથા તંદુરસ્તીનો પાયો બચપણમાં બંધાય છે અને તેનો મુખ્ય આધાર માતાની સુજ્ઞતા ઉપર રહેલો છે. " વળી નેપોલીયન બોનાપાર્ટનાં નામ અને કામથી કોણ અજાણ્યું છે ? તે પ્રસિદ્ધ પુરૂષ કહે છે, કે "બચ્ચાંના નસીબનું કામ માતા હાથમાં છે." અને પોતાને વિષે બોલતાં તે પ્રદર્શિત કરે છે, કે " હું જે મોટી પદવીએ પહોચ્યો તે મારી માને લીધે જ. " આ કારણથી જ તે સ્ત્રી કેળવણીની હિમાયત કરતાં કહે છે કે,

" કહે નેપોલ્યન દેશને કરવા આબાદાન,
સરસ રીત તો એ જ છે, દો માતાને જ્ઞાન."

અને આ પ્રમાણે મા કેળવાએલી અને સુજ્ઞ હોવાની ખાસ જરૂર છે. વળી બચ્ચાં ને કેમ ઉછેરવાં તેનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન મેળવવાને દેશની સર્વ બહેનોને સુપ્રસિદ્ધ ડૉ. ત્રિભુવનદાસનું "માને શિખામણ" નામનું પુસ્તક વાંચવાને અમારી ખાસ ભલામણ છે.

બાળરોગના ઉપાયો— પુખ્ત ઉમ્મરના માણસો માટે જે દવાઓ લખવામાં આવી છે તેજ દવાઓ યોગ્ય માત્રામાં બાળકની વય તથા શક્તિનો વિચાર કરી આપવી. તે ઉપરાંત કેટલીક ખાસ આ નીચે જણાવવી યોગ્ય જણાય છે.

ચામડીનાં દરદ.

બાળકોને ગરમીનાં છાલાં અને ચાંદાં પડે છે. તે ચાંદાં ગળા ઉપર, સાંધાઓમાં તથા જાંગના મૂળ વગેરે ગુપ્ત ભાગોમાં થાય છે. તે જગાએ અથવા શરીરે સાબુથી ગરમ પાણી સાથે ધોઇ નાખી તપખીરની ભૂકી દાબવી. અગર સોનાગેરૂ કે કાથાની ભૂકી ભભરાવવી. પીંપળા કે લીમડાનાં છોડીઆં પાણી સાથે ઘસી ચોપડવાં. કંપીલાની ભૂકી અને સોનાગેરૂ ઘી સાથે મેળવી લગાવવું. આથી સર્વ પ્રકારનાં ચાંદાં મટશે. **શીળશ**—બાળકને શીળશ થાવાથી શરીરપર ઢીમણાં થઇ આવે છે અને તેમાં ચળ આવે છે. તે અયોગ્ય ખોરાક ને ઘણું ગળપણ ખાવાથી થાય છે. ઉપાયમાં સોડા તોલો ૦।, તલ તોલા બે. મેળવી દેવતા ઉપર જરા ગરમ કરી શરીરે ચોળવુ. એજ પ્રમાણે તેલ સાથે સિંધવ બારીક વાટી ચોળવાથી પણ દરદ મટશે. આ ઉપરાન્ત શરીરઉપર

નાની ફોલ્લીઓ થઇ આવે છે તેના માટે પણ ઉપરની દવા ઉપયોગી થશે. વળી દિવેલનો હલકો રેચ આપવો. અને દરરોજ એકેક ઘઉંભાર સોડા જરાક પાણી સાથે અથવા મધ સાથે દિવસમાં બે ત્રણ વખત આપવાથી અને ગરમ પાણીથી હમેશાં નવરાવવાથી શીળશ વગેરે અનેક દરદો મટે છે. **ખરજવું**—આ રોગ બાળકને ઘણું કરી પગે થાય છે તે સાફ નહિ ધોવાના કારણથી વા ઉઘાડો રહેવાથી થઈ આવે છે. તેના ઉપાયમાં સોના ગેરૂ, કપીલો તથા સફેદો સમભાગે લઈ ધોએલા. ઘી સાથે કાલવી ચોપડવું. બાળકને ઠુંગો વધવાનું તેમજ વધરાવળનું દરદ થઇ આવે છે. આવે પ્રસંગે કોઇ સારા વિદ્વાન્ ડૉકટરની સલાહ લઈ પટા વગેરે પહેરાવવાનો યોગ્ય ઉપચાર વખતસર કરવો. કારણ, જો વખત વીતી જાય છે તો આ દરદ આખી જીંદગી સુધી હેરાન કરે છે અને મટવાની આશા ઓછી રહે છે. **આંચકો**—આ રોગ નાનાં બાળકને વિશેષ થાય છે. તે પેટ ઠાંસીને ભરવાથી, તાવ આવવાથી, દાંત આવવાની પીડાથી, કરમના ઉપદ્રવથી અથવા ઉટાંટીઆના દરદથી થાય છે. ઉપાય કારણને અનુસરી કરવો. પેટ ઘણું ભરેલું હોય તો એક વાલ મીંઢળના બીજને વાટી પાવાથી ઉલ્ટી થઇ આરામ થશે. અથવા દિવેલ વગેરેનો યોગ્ય લાગે તે રેચ આપવો. પેટમાં આફરો હોય તો જરા સેકેલી હીંગ તથા સંચળ, અજમો એ સઘળું વાટી એક વાલ અગર શક્તિ પ્રમાણે પાવું. તેમજ જરા હીંગ પેટ ઉપર ચોપડી

સહન થાય તેવો શેક કરવો. ઉટાંટીઆની ઉધરસ સાથે જો આંચકી આવે તો જોખમ ભરેલું થઇ પડે છે. હરકોઇ કારણથી આંચકી આવતી હોય તો બાળકને સહન થાય તેવા ઉના પાણીમાં અળાપુર બેસાડી, માથા પર ઠંડા પાણીમાં લુગડું પલાળી મૂકવું. આંચકી બંધ થાય ત્યાં સુધી આ ક્રિયા ચાલુ રાખવી. આથી દશ પંદર મિનિટમાં આંચકી બંધ થશે. જો ફરીથી આંચકી ઉપડે તો એ જ રીતે કરવું. આંચકી માટે આ સારામાં સારો ઉપાય છે. આ ઉપરાંત પાછળ તાવના વિષયમાં લખેલી નં. ૧ ની 'મહામૃત્યુંજય રસ' ની વય અને શક્તિ પ્રમાણે અર્ધી યા તો એક આખી ગોળી આપવી. તે ગોળી પાણી અથવા ધાવણ સાથે પાવી.

ચુંક યા આફરો—જણાય તો સુવા તોલો ૧, અજમો તોલો ૦।, સેકેલી હીંગ વાલ ૨, તથા સીંધાલુણ વાલ ૪, સરવે વાટી, મધ તથા પાણી સાથે એક રતિથી એક વાલ સુધી આપવું. **હેડકી**—આવતી હોય તો પાણી તોલા ૨ સાથે રાઈ વાલ ૨, વાટીને જરા જરા પાવું અથવા 'મૃત્યું જય રસ' ની ગોળી યોગ્ય માત્રામાં આપવી.

ઝાડા—થતો હોય તો એક દમ બંધ ન કરતાં થવા દેવો અને જરૂર જણાય તો થોડું દિવેલ જરા મધ મેળવી આપવું. આથી પેટ સાફ થઇ કેટલીક વાર ઝાડો મટે છે. આ ઉપરાંત પાછળ લખેલી દવામાંની યોગ્ય માત્રા આપવી. વળી સુવા, સુંઠ, બોડી અજમોદ, અને જાવંત્રી સમભાગે લઇ બારીક ચૂર્ણ કરવું. જરૂર પડે વય અને શક્તિ અનુસાર

એક રતિથી એક કે બે વાલ સુધી આપવું. આ ઉપાયથી ગુરૂ કૃપા વડે ઝાડાનો ભયંકર વેગ બંધ પડશે.

મરડા—માટે પ્રથમ દિવેલનો રેચ આપવો. પછી ઉપર ઝાડાના વિષયમાં કહેલી દવા આપવાથી મટશે. અથવા પાછળ મરડાના વિષયમાં કહેલી દવાઓ પૈકી યોગ્ય જણાય તે દવા યોગ્ય માત્રામાં આપવી.

ઉલટી—થતી હોય તો ધવરાવવાનું કમી કરવું. સીંધાલુણ, સુવા, અજમો જરા જરા લઇ વાટી એક રતીને આશરે પાણી સાથે આપવું. તેમજ પાછળ કહેલી દવા યોગ્ય માત્રામાં આપવી.

થુલીઓ—મોઢામાં જીભ ઉપર સફેદ રંગના ચાંદા પડે છે તેને થુલીઓ કહે છે. આ દરદ સ્વચ્છતા અને ખોરાકની ખામીને લીધે થાય છે. અથવા એક પ્રકારની ફીડને લીધે પ્રસાર પામે છે. ઉપાયમાં, ફુલાવેલો ટંકણખાર તોલો એક સાકર તોલા એક સાથે મેળવી દિવસમાં બે ત્રણ વખત, બે રતિ જીભ ઉપર મૂકવું. અગર, ફુલાવેલો ટંકણખાર પા તોલો એક તોલા મધ સાથે મેળવી દિવસમાં ચાર પાંચ વખત મોઢાની અંદર ચોપડવું. કેટલીક વખત હવા અને ધાવણ બદલવાથી થુલીઓ જાદુઇ રીતે મટે છે.

બાળ આરોગ્ય વટી.

આ મહૌષધ બાળકોના કલ્યાણ અર્થે એક પરોપકારી

યોગીરાજ મહાત્માએ બક્ષેલું છે, તે અત્રે જગતના હિત માટે લખીએ છીએ. અંકોલના બીનાં બીજ તોલા ૨, નાગરમોથ, કાકડા શીંગ દરેક તોલો એક, વજ તોલો સવા, લીંડી પીપર, ખોડી અજમોદ, હરડાં, બહેડાં, આંબળાં, ઇલાયચી, તજ, તમાલપત્ર, સુંઠ, તીખાં, વાવડીંગ, હળદર, ગળો સત્વ, આસન મૂળ, ચિત્રક મૂળ, ત્રાયમાન, દરેક તોલો અડધો ધોળી ગરણીનાં મૂળ તોલો દોઢ, શુદ્ધ પારો, શુદ્ધ આંબલસારો ગંધક, દરેક તોલો અડધો, સોનાના વરખ તોલો ૦।, શુદ્ધ અબરખ ભસ્મ તોલા બે, શીલાજીત તોલા ૪, પ્રથમ પારા ગંધકની કજળી કરી (ઘૂંટી) ભસ્મ તથા સોનાના વરખ ખરલની અંદર ભેગા ઘૂંટવા તેમજ શીલાજીત સાથે મેળવવો. પછી ઉપરનાં કાષ્ટાદિ ઔષધો ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુરણ કરી પારા, ગંધક તથા ભસ્મ સાથે મેળવવું. આ મેળવણીને અંકોલના પાનના રસની એક ભાવના દેવી. તે ન મળે તો અંઘેડાના મૂળનો ઉકાળો કરી તેની ભાવના દઈ ઘૂંટી એકેક રતીની ગોળીઓ વાળવી. આ 'બાળારોગ્ય ગુટિકા,' દરરોજ હમેશાં બાળકને એકથી-ત્રણ, મધ અથવા ધાવણ સાથે આપવાથી દીર્ધાયુષ્ય બક્ષી બચ્ચાંઓના અનેક અકાલ મૃત્યુ કરનાર દરદોનો નાશ કરે છે. સઘળા પ્રકારના વ્યાધિઓને આ ઔષધ અખંડ સેવનથી દૂર કરે છે એટલુંજ નહિ; પરન્તુ તેને થતા અટકાવી ભવિષ્યને માટે ભાગ્યશાળી, વિદ્વાન, બુદ્ધિશાળી બનાવે છે. તેમજ ગુરૂ કૃપાથી તે સિંહ સમાન બલિષ્ટ, આત્મવિશ્વાસી, અને હિમ્મતવાન બનાવે છે.

૨૫ ઝેરી જનાવરના દંશના ઉપાયો.

સર્પવિષ—સર્પના મુખ્ય બે ભાગ હોય છે. (૧) અતિ ઝેરી (૨) નહિ જેવા કે થોડા ઝેરી. નાગ, ધામણુ. ફેડીઓ (ફેાડ), ચીતળ આદિ ઝેરી છે. સર્પનાં બન્ને જડબાંઓમાં ઝેર પેદા કરનાર એકેક થેલી હોય છે. તે સાથે પોકળ દાઢનો સંબંધ હોય છે, અને જ્યારે તે દંશ કરે છે ત્યારે તે જડબાંના પોલા દાંતવડે દંશ સ્થળમાં ઝેર રેડી દે છે. નાગના ખરેખરા દંશથી માણસ શુમારે અઢીથી ચાર કલાકની અંદર મરણ પામે છે.

ચિહ્ન—દંશ થએલી જગાએ થોડી વારમાં એક ઇંચના શુમારે ઢીમણું ઉપડી આવે છે. તેની અંદર ચારથી છ દાંઢો વાગેલી હોય છે, અને તેની અંદર લોહી ચળકી આવે છે. વેદના પણ બેહદ થાય છે. વેદનાની દુઃખદ સ્થિતિને શુમારે અડધો કલાક થયા બાદ મગજ ઉપર ઝેરની અસર થવા માંડે છે અને વેદના કમી જણાય છે, કે બંધ પડી જાય છે. દરદીને ઝાડો અને ઉલટી થાય છે. પરસેવાના ઝેબઝેબ વળે છે. સર્વાંગ શીતળ બને છે. દેહની અંદર ઝેરની એટલી બધી અસર થાય છે કે જેથી દર્દીને મોઢે ફીણ માતું નથી. જીભનો લવો વળતો નથી અને નાકથી ગુંગણું બોલાય છે. મોઢે સ્વાદ માલૂમ પડતો નથી. બે શુદ્ધિ થતી આવે છે. અંગના સઘળા સાંધા ઢીલા પડે છે. નાડી અતિ મંદ અને અનિયમિત ચાલે છે. આંખની કીકી વિસ્તૃત

થાય છે. શ્વાસોચ્છ્વાસ મંદ ચાલે છે. દેહની ત્વચા, નખ નેત્ર વગેરે ધુમ્ર વર્ણ થઇ જાય છે.

આ રીતે સર્પ દંશથી માણસના દેહ રૂપી અતિ અમૂલ્ય રત્ન જોતજોતાંમાં મોતના મુખમાં જઇ પડે છે. દંશ થતાં જ માણસ પોતાની જીવનાશાથી અતિ નિરાશ થઈ લાંબો થઇ પડી રહે છે. અને છેવટે વિષ વડવાનલ સમુદ્રની અગાધ લહરીમાં બુડતો અતિ અનુપમ અને પ્રિય દેહથી અતિ દુઃખ અને દીનતાની વચ્ચે મનુષ્ય વિખુટો પડે છે. દર્દીની આ સ્થિતિ એવી તો દુઃખદ અને દયાજનક હોય છે કે તેને જોનારનું હૃદય પણ કમ્પી ઉઠે છે.

મરણોત્તર સ્વરૂપ-સર્પ દંશિતને મૃત્યુ પામ્યા પછી પાંચ છ કલાકે બેઠો કરીશું તો તેના નાકમાંથી લોહી અને પરૂ મિશ્રિત ઘણાજ કાળા રંગનો દુર્ગંધ મારતો પદાર્થ આશરે તોલો દોઢેક બહાર નીકળતો કેટલીકવાર માલૂમ પડે છે.

ઉપાય—સર્પ કરડે કે તરત તેના ઉપરના ભાગમાં મજબુત પાટો બાંધી દેવો. પછી તે ભાગ કાપવા લાયક હોય તો કાપી નાખવો અથવા નાઇટ્રીક એસિડનાં ટીપાં મૂકી બાળી દેવો. તાવેથો ખૂબ ઉનો કરી ડામ દેવો. આ ઉપાય થઇ શક્યા ન હોય તો ડંખની જગાને મોઢેથી ચુસી ચુસીને થુંકી નાખવું પણ તે સંબંધમાં એટલું યાદ રાખવું કે ચૂસનારના મોઢામાં ચાંદુ હોવું જોઇએ નહિ. તે પછી ચપ્પુથી છૂંદી લોહી નીચોવી નાખવું કે જેથી ઝેર કમી થશે.

ઔષધોપાય—સર્પના વિષ ઉપર ઘણા ઉપાયો છે.

તે પૈકી અનેક સંત મહાત્માઓની સેવા વડે અને અતિ શ્રમથી પ્રાપ્ત થયેલા અનુભવ સિદ્ધ ઉપાયો અત્રે પ્રજાહિતાર્થે પ્રગટ કરવામાં આવે છે. નં. ૧—ધોળા ફૂલવાળી ગરણીનાં મૂળ, અંઘેડાનાં મૂળ, વાંઝ કંકોડીનાં મૂળ, અને હળદર દરેક તોલો એક, ઘી તોલો ચાર, દૂધ તોલા દશ, લેવાં. પ્રથમ મૂળીઆંને દૂધ સાથે ખૂબ વાટી લુગડે ગળી લઈ તેની અંદર ઘી નાખી દરદીને પાવું અને તે સાથે આંખે આંજવાની અને નાકે નાસ દેવાની અને ડંખ ઉપર ચોપડવાની નીચેની દવાઓ કરવી. નેપાળાના બીજની અંદરથી જીભો કાઢી લઇ તેના સરખે ભાગે મનસીલ અને તીખાં લઈ લીંબુના રસમાં ચાર પહોર પલળી, વાટી ગોળીઓ વાળી રાખવી આ ગોળી માણસના મૂત્ર સાથે ઘસી આંખમાં આંજવી અને નાકે એવી રીતે સુંઘાડવી કે જેથી દવા મગજમાં પહોંચે, તેમજ તે ડંખ ઉપર પણ ચોપડવી. ઉપરની પાવાની દવા દર્દી શુદ્ધિમાં આવે ત્યાં સુધી એકથી પાંચ વખત પાવી. આ ઔષધના ઉપયોગથી ચાહે તેવો ભયંકર નાગ કરડયો હશે તો પણ ગુરૂ કૃપાથી તે બચશે. આ અનુભવ સિદ્ધ ઉપાય છે. નં. ૨—આસન મૂળ, વાંઝ કંકોડીનાં મૂળ, અંઘેડાનાં મૂળ, અરીઠા, કુવર પાઠાનાં મૂળ. વેવનાં મૂળ, તાંદળજાનાં મૂળ, દરેક તોલા આઠ, આકડાનાં મૂળ તોલા ચાર, ઘોડાવજ તોલા બે, ધોળા ફૂલની ગરણીનાં મૂળ, ધોળા ફૂલની સાટોડીનાં મૂળ દરેક તોલા દશ, કૌચનાં મૂળ તોલા પાંચ, ચિત્રક મૂળ તોલા પાંચ, હળદર તોલા સાત,

આ સર્વેને ખોખરાં કરી-કચરી—આઠ શેર પાણીમાં બશેર પાણી રહે ત્યાં સુધી ઉકાળવું. આ પાણીને ગળી લઇ તેમાં ટંકણખાર, ફટકડી, નવસાગર દરેક તોલા સોળ, સિંધવ તોલા બે, સુરોખાર તોલા ચાર. ચોખ્ખું મદ્ય તોલા વીશ નાંખી બુચવાળી બાટલીમાં ભરી રાખવું. સર્પ કરડે ત્યારે તેમાંથી અઢી તોલા દરદીને પાવું. આંખોમાં ટીપાં પાડવાં, તેમાં વસ્ત્ર પલાળી ડંખ ઉપર મૂકવું અને નાકે પણ તે સુંઘાડવું. એક વખતના આ પ્રયોગથી દરદી જાગ્રત ન થાય તો ચાળીસ મીનીટ પછી ફરીથી આ દવાનો ઉપર પ્રમાણે ઉપયોગ કરવો. આમ ત્રણ વખત કરવાથી કાળનો કરડેલો દરદી, ગુરૂ અનુગ્રહથી બચી જશે એ નિશ્ચય છે. **નં. ૩**—એક મરેલું છછુંદરૂં લઇ તેને છાંયામાં સૂકવી વસ્ત્ર ગાળ ભૂકી કરી સીસીમાં મજબુત બુચ મારી ભરી મૂકવી. જ્યારે સાપ કરડે ત્યારે તેની ચપટી છીંકણીની પેઠે સુઘાડવી, દરદી બેહોશ હોય તો ભૂંગળીમાં નાખી મગજમાં પહોચે તેવી રીતે નાકમાં ફુંક મારવી. તેજ દવા માણસના મૂત્ર સાથે ઘસી આંખે આંજવી અને ડંખે ચોપડવી. આ ઔષધવડે અસાધ્ય દર્દી એ ત્રણ વખતના પ્રયોગથી બચી જશે. **નં. ૪**—વીસનગરી હળદર, દારૂ હળદર, ડાંગરનાં મૂળ, વરનો ધુમાસ, દહીં અને ઘી દરેક એકેક તોલો લઈ માણસના મૂત્ર અથવા ગોમૂત્ર અથવા બકરીના મૂત્ર તોલા આઠ સાથે ઉપરની દવા ખાંડી વસ્ત્ર ગાળ કરી મેળવી એકી વખતે પાઇ દેવી તેમજ આંખે આંજવી, નાકે સુંઘાડવી અને લૂગડું બોળી

ડંખ ઉપર મૂકવું. દરદી શુદ્ધિમાં આવે ત્યાં સુધી થોડા સમયને અંતરે આ દવાનો ઉપર મુજબ ઉપયોગ કરતા રહેવાથી પણ ગુરૂ કૃપાએ દરદીને આરામ થશે. નં. ૫ લીંડીપીપર, તીખાં, કઠ, ઘરનો ધુમાસ, મનશીલ, હડતાળ, ધોળા સરસવ, કેસર, કપુર, અંકોલનાં બીની મીજ, અને નાગર મોથ સમભાગે લઈ ગાયના દૂધ સાથે ચાર પહોર ખરલ કરી ગોળી વાળી લેવી. સર્પ કરડેલાને આ ગોળી પા તોલો માણસના મૂત્ર તોલા ચાર સાથે ઘસી પાવી, આંખે આંજવી, નાકે સુંઘાડવી અને ડંખે લેપ કરવો. દર્દી સાવધ થાય ત્યાં સુધી ઉપાય જારી રાખવો. એકથી ચાર વખત પાવું. આ દવાથી કાળ ભક્ષિત અને મરણાસન થયેલો વિષાર્ત્ત માણસ પણ જીવિત થાય છે. નં. ૬—આસનનાં પંચાંગ તોલા પાંચ લઈ બકરીના મૂત્ર કે દૂધ તોલા દશ સાથે વાટી દર અડધી કલાકે દરદી જાગ્રત થાય ત્યાં સુધી પાવાથી સાપડંશ, સોમલ, અફીણ વગેરે સર્વ જાતનાં ઝેર ચમત્કારિક રીતે ઉતરી જાય છે. આસનના મૂળને આંખે અને ડંખે પણ ચોપડવું. નં. ૭—ગળજીભીના મૂળ તોલા એકને માણસના મૂત્ર તોલા ચાર સાથે વાટી પાવું, ડંખે લેપ કરવો, આંખે આંજવું. એકથી ચાર વખત આ દવાનો ઉપયોગ કરવો. આ અનુભવ સિદ્ધ ઉપાય છે. નં. ૮—ધોળા ફૂલની ગરણીનાં મૂળ તોલો એક, ચાર તોલા ઘી સાથે વાટી દર અર્ધા કલાકે દરદીને શુદ્ધિમાં આવે ત્યાં સુધી પાવું. વળી ઉપરના મૂળને માણસના મૂત્રમાં ઘસી ડંખપર ચોપડવું,

આંખમાં આંજવું અને નાકમાં સુંઘાડવું. નં. ૯—દેવદાર, ચિત્રક મૂળ, ધોળી કરણનાં મૂળ, આકડાનાં મૂળ અને કૌચનાં મૂળ, દરેક પા તોલો લઈ પાંચ તોલા પાણી સાથે વાટી લુગડેથી ગળી દરદી શુદ્ધિમાં આવે ત્યાં સુધી ઉપરનાજ માપે બે ચાર વખત પાવું. તેની સાથે કરણનું મૂળ માણસના મૂત્રમાં ઘસી આંખે આંજવું, નાકે સુંઘાડવું અને ડંખ ઉપર ચોપડવું. ચાહે તેવા નાગનો દંશ થયો હશે તો પણ તેનું ઝેર તત્ક્ષણ નાબુદ થશે. નં. ૧૦ ઘી તોલા ચાર, મધ તોલા બે, દૂધ તોલા આઠ અને વછનાગ રતી એકથી બે સુધી લઇ પાઇ દેવું. વછનાગ માણસના મૂત્રમાં ઘસી ડંખ ઉપર ચોપડવો. આનાથી પણ ભયંકર વિષનો નાશ થશે એમ મુનિશ્રી સિદ્ધ નાગાર્જુને પ્રબોધેલું છે. નં. ૧૧—ધોળા ફૂલના સાટોડાના મૂળને એક તોલો લઇ ચાર તોલા પાણી સાથે પાવાથી અને જરા આંખમાં આંજવાથી, ડંખે ચોપડવાથી સર્વ જાતનું ઝેર જાદુઇ રીતે ઉતરી જાય છે. આ મૂળીઆને માત્ર માણસના મૂત્ર સાથે ઘસી ડંખ ઉપર ચોપડવાથી પણ સર્વ પ્રકારના ઝેરી જીવો જેવાકે સાપ, વીંછી, કાનખજુરા, કાચીંડા, ગરોળી, ઘોયડા, ભમરી વગેરેનું ઝેર તત્કાળ ઉતરી જાય છે. આ વનસ્પતિમાં ઘણો અદ્ભુત ચમત્કાર રહેલો છે. નં. ૧૨—અસાડ માસની શુકલ પંચમીને દિવસે સરસડાના મૂળને લાવી એક તોલો મૂળ ચાર તોલા પાણી સાથે પીવાથી સાપનું ઝેર કદિ પણ ચઢતુંજ નથી. આ ઔષધી પીનારને કદાચ સાપ કરડે તો

સાપ પોતેજ મરી જાય છે પણ તેને પોતાને ઝેરની લેશ પણ અસર થતી નથી. આ મૂળ દર વરસે એકજ દિવસ ફક્ત એકજ વાર પીવું જોઇએ. **નં. ૧૩**—જીયાપોતાના બીજનાં બીજ પા તોલો લઇ માણસ, બકરી કે ગાય ગમે તેના ચાર તોલા મૂત્રમાં વાટી પાવાં. તેમાંથી જરા આંખે આંજવું, નાકે સુંઘાડવું અને ડંખ ઉપર લેપ કરવો. આ દવા થોડે થોડે અંતરે બે ત્રણ વાર શુદ્ધિમાં આવે ત્યાં સુધી પાવી. આનાથી મરણાસન પડેલો પણ બચે છે. **નં. ૧૪**—અંઘેડી, વાંઝકંકોડી, શરણી, ધોળી સાંટોડી, ઇંદ્રવરણી, ગળજીભા, આમાંથી ગમે તે એકનું મૂળ ડંખે ચોપડવાથી તથા થોડું ચાવીને ખાવાથી દરેક જાતના ઝેરી જીવોનું વિષ ઉતરી જાય છે.

વીંછીનું વિષ—આ દુઃખદ દંશ માટે અનેક ઉપાયો છે. તોપણ ધોળો સાટોડો, હાડીઆ કરસણ અને ધોળો અંઘેડો જેવો સરસ અને શીઘ્ર ગુણ કરે છે તેવો બીજાથી ભાગ્યેજ થઇ શકે. હાડીઆ કરસણનાં પાંદડાં સારી રીતે મસળી તેનો રસ નાકે સુંઘવો, ડંખે ચોપડવો અને ફાયદો ન જણાય તો જરા આંખે આંજવો. આથી વીંછીનું ઝેર એકદમ ઉતરી જાય છે. તે સાટોડો અને અંઘેડાના મૂળને ઘસીને ડંખે ચોપડવાથી તથા ચાવીને ખાવાથી વીંછીનું ઝેર તરત ઉતરી જાય છે.

ઉંદરનું વિષ—અંઘેડો, ધોળો સાટોડો તથા વાંઝ કંકુડી એમાંથી ગમે તે એકના મૂળને પાણી અથવા મૂત્ર

સાથે ઘસી ડંખ ઉપર લેપ કરવાથી ગમે તેવા ઝેરી ઉંદ-રનો ડંશ થયો હશે તોપણ તેના ઝેરનો અવશ્ય નાશ થશે. આ લેપ સાત દિવસ કરવો. વળી એજ મૂળ પાણી સાથે વાટીને પાવું પણ ખરૂં. તેમજ વાલોળનાં પાન વાટી લેપ કરવાથી ઉંદરનું વિષ જાદુઈ રીતે નાશ પામે છે. આ દવાઓ અનુભવસિદ્ધ છે.

હડકાયા કુતરાનું વિષ—ગોળ, તેલ, આકડાના પાનનોરસ તથા અંઘેડાનાં મૂળ દરેક તોલા એંએકમાં મેળવી પાવું અને કરડેલી જગાએ અંઘેડાનુ મૂળ ઘસી લેપ પણ કરવો. આ ઉપાય ઝેરની અસર નાબુદ થાય ત્યાં સુધી દર-રોજ એક વખત કરવો અગર વય અને શક્તિના પ્રમાણમાં ઓછાવત્તા માપે આંતરે દહાડે ઉપરની દવા પાવી.

મચ્છર, ચાંચડ. માંકડ, કરોળીઆ, કંસારી, કાંનખ-જુરો, ભમરો, માખ અને માકડીકુકડી સરવેના ડંખ ઉપર એરંડયુ તેલ ચોપડવાથી ફાયદો થાય છે. માકડીકુકડી મુતરી ગઇ હોય તો તેટલા ભાગમાં પાણીનોબીલકુલ સ્પર્શ થવા દેવો નહિ અને સોનાગેરૂ ભભરાવવો.

ગોત્રી (કુતરી) નામના ઘાસનો રસ પાવાથી આંખે આંજવાથી નાકે સુંઘવાથી ડંખપર ચોપડવાથી સર્પનું ઝેર અદ્દભુત પ્રકારે ઉતરી જાય છે. તેમજ નાગલા દુધેલીમાં પણ ઝેર દૂર કરવાનો એવોજ ગુણ છે. દરદી જાગ્રત થાય ત્યાં સુધી રસ તોલા બે દર પા કલાકે પાવો. આ વનસ્પ-તિની સુકવણી કરી મૂકી હોય તો અડધો તોલો દવા અને

ચાર તોલા પાણી સાથે ઘૂંટી પાવી. વેવનું (વાસનવેલનું) મૂળ રવિવારે કહાડી લાવી ઘરની અંદર રાખી મૂકવાથી સર્પ વીંછી વગેરે ઝેરી જીવો ઘર મૂકીને નાસી જાય છે. તેમજ તે ઘસીને દંશ ઉપર ચોપડવાથી ઝેર ઉતરી જાય છે. આ વનસ્પતિમાં અતિ અદ્‌ભૂત ચમત્કાર છે.

છેવટે સૂચના રૂપે બે શબ્દો કહેવા જરૂરના છે, કે આ દવાઓ અનુભવ અને શાસ્ત્રસિદ્ધ છે અને દરદીની પ્રકૃતિ ઓળખી યથાવિધિ ઉપયોગ કરનારને તે અવશ્ય ફાયદાકારક નીવડશે. अस्तु.

પાછળ જણાવેલાં દરદો પૈકી કેટલાક રોગોને માટેના વિશેષ ઔષધિપ્રયોગો આ નીચે આપવામાં આવ્યા છે.

પ્રમેહ.

પ્રયોગ–૧ ચણીકબાલા, એલચીના દાણા, જીરૂ, ફૂલકાથો, શુદ્ધ સુરોખાર, શુદ્ધ ચાક દરેક તોલો એકેક, ફૂલાવેલી ફટકડી તોલા બે, ગંધાબિરોજાનું સત્ત્વ તોલા ચાર, આ સઘળી વસ્તુઓને ખાંડી તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી ઠંડા દૂધ કે પાણી સાથે દિવસમાં બેથી ત્રણ વાર પીવું, માત્રા તોલો પાથી અડધો. આ ઉપાયથી પ્રમેહ ઘણી ચમત્કારિક રીતે નાબુદ થાય છે. **પ્રયોગ–૨** ફૂલાવેલી ફટકડી, સુરોખાર, ચણીકબાબ, અને સોનાગેરૂ એ દરેક સમભાગે લઇ તે સઘળાના વજન બરાબર સાકર લઈ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. આ ચૂર્ણ દિવસમાં બે વાર દૂધ સાથે પીવું. માત્રા તોલો ૦॥ થી એક. અગર આજ ચૂર્ણ ૦। થી ૦॥ તોલો

સુખડના તેલનાં ટીપાં ૧૦ થી ૨૦ સાથે મેળવી દિવસમાં એથી ત્રણ વાર ખાવું. આ ઉપાય પ્રમેહ માટે ઉત્તમોત્તમ છે. **પ્રયોગ–૩** ચણીકબાલા તોલો એક અને સુરોખાર તોલો પા લઇ તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું અને તેનાં ચાર પડીકાં બનાવવાં. દરેક પડીકું પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત લેવું. આ પ્રમાણે સાત આઠ દિવસના સેવનથી પ્રમેહ મટી જાય છે. આ ઉપરનાં સઘળાં ઔષધોનો લાંબા વખત સુધી ઉપયોગ કરવાથી ચાહે તેવો જુનો પ્રમેહ હોય તોપણ તે નાબુદ થઇ જાય છે. **પ્રયોગ—૪** વાંસકપુર, ઇલાયચી, જીરૂ, ચણીકબાબ, કાથો, સોનાગેરૂ, એ સઘળું સમભાગે લઇ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી સુખડના તેલનાં ટીપાં ૧૦ થી ૨૦ સાથે માત્રા તોલો ૦। થી ૦॥ લઇ દિવસમાં એથી ત્રણ વાર લેવું. આ દવાથી નવા, જુના, બળતરા કરનાર, રસી વહેનાર અને તાણખોચા એ સરવે પ્રકારના પ્રમેહ જાદુઇ રીતે નાબુદ થાય છે. **પથ્ય**-દૂધ, જુના ચોખા, ઘઉં, ઘી, તુવરની મોળી દાળ. તેલ મરચાં અને ખટાશનો ત્યાગ કરવો. જરૂર હોય તો ધાણાજીરૂ ખાવાં. તમાકુ, દારૂ આદિ દુર્વ્યસન હોય તો તેનો ત્યાગ કરવો. **પ્રયોગ–૫ પ્રમેહહરગુટિકા**—કપુર ૧૦ વાલ, અફીણ બે વાલ, બહુપીલ આઠ વાલ, આ સઘળાને મિશ્ર કરી બબ્બે રતિની ગોળીઓ વાળવી માત્રા ગોળીએક સૂતી વખતે ખાવી. આ દવાથી ઉપદંશ, લોહી બિગાડ તથા વિર્યશ્રાવનાં દરદ મટે છે.

જ્વરહર પ્રયોગો.

પ્રયોગ-૧ કરંજવાના બીજને પાણી સાથે વાટી નાકે નાસ લેવાથી અનેક પ્રકારના તાવ દૂર થાય છે. તેમજ આ પ્રયોગથી આદાશી મટે છે અને વીંછીનું ઝેર પણ ઉતરી જાય છે. **પ્રયોગ-૨** લવીંગ, અગર, જટામાસી, ચણીકબાબ, જાવંત્રી, જાયફળ, .સુંઠ, લીંડીપીપર, તીખાં, કપુર. આ સર્વ સમભાગે લેવું અને સઘળા વજનની બરાબર સાકર લઈ, ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. માત્રા તોલો ૦। થી ૦॥ તાવ આવ્યા અગાઉ કલાક બે કલાક, મધ અથવા પાણી સાથે ૧ થી ૩ વાર પીવું. આ દવાથી દરેક જાતના ટાઢીઆ તાવ મટે છે, જઠરાગ્નિ વધે છે અને પાચન કર્તા હોઈ પુષ્ટિ આપે છે. વિશેષમાં ઉપલા ચૂર્ણ સાથે બે તોલા શુદ્ધ લીલાગર મેળવવાથી અતિ ગુણ કર્તા થઈ પડે છે. **પ્રયોગ-૩** કરંજવાની બીજ, અરડુસાની અંતર છાલ, લીંડીપીપર, જીરૂ, બાવળીઆની પાલી. આ સઘળું સમભાગે લઇ પાણી સાથે વાટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. દિવસમાં ત્રણ વખત એકેક કે બબ્બે ગોળીઓ ખાવાથી અનેક પ્રકારના તાવ ચમત્કારી રીતે નાશ પામે છે. **પ્રયોગ-૪** કપુર ભાગ એક, મરચાં ભાગ બે, કવીનાઇન ભાગ ત્રણ, નવસાગર ભાગ ચાર, ફુલાવેલી ફટકડી ભાગ પાંચ, આ સઘળું ખાંડી ચૂર્ણ બનાવી ગુંદરના પાણી સાથે ઘૂંટી રતી રતીની ગોળીઓ વાળવી. દરેક પ્રકારના ટાઢીઆ, આંતરીઆ અને ચોથીઆ તાવોને માટે, તાવ આવતા

અગાઉ બે કલાકે, બેથી ચાર કે છ ગોળીઓ ગળી જવી અગર ચાવી ખાવી. આ પ્રમાણે બે દિવસ કરવાથી તાવ અવશ્ય મટે છે. તેમજ કંપવા પણ મટે છે.

કાસકુઠાર.

કડાયા ગુંદ, ચણીકબાલા, બાવળનો ગુંદર, કપુર, જેઠીમધનો શીરો, આ દરેક તોલા બે, એલચી, વાંસકપુર, ખેરસાર, કુલકાથો દરેક તોલો ૦॥, તેમજ સાકર તોલા ચાર. આ સરવેને પાણી સાથે ઘુંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. આ ગોળી મોઢામાં રાખવાથી ઉધરસ આદિ છાતીના રોગો મટે છે.

મંડુરાદિ વટી—મંડુર ભસ્મ તોલા ચાર, વાંસકપુર તોલો એક, કપુર તોલો એક, પીપલ તોલા બે, શિલાજીત શુદ્ધ તોલા પાંચ, કેસર, નાગકેસર, વજ, નાગરમોથ દરેક તોલો અડધો, આ સઘળાને એકત્ર કરી પાણી સાથે ઘુંટી રતિ રતિની ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી એકથી ચાર મધ સાથે લેવી. આ ઉપાયથી ઉધરસ, દમ, હેડકી, પાચન કોપ, ઉન્માદ, પ્રમેહ વગેરે દરદો મટે છે.

પાચકચુર્ણ—સિંધવ, અજમો, ચિત્રકમૂળ, સુંઠ, જીરૂ, તીખાં, પીપર, હીંગ, અને કપૂર સમભાગે લેવાં. તેમજ એક ભાગથી બમણી સાકર લઈ, ખાંડી ચૂર્ણ બનાવવું. માત્રા તોલો ૦। થી ૦॥. આથી સર્વ પ્રકારનાં અજીર્ણ કોલેરા આદિ મટે છે. શ્વાસને ફાયદો કરે છે. હરસ, ગોળો,

કરમ અને મરડો આદિ અનેક દરદો આ ઔષધથી નાબુદ થાય છે.

તેલ પ્રયોગ—કપુર તોલો એક, અજમો તોલો એક, આ બન્નેને એક કાચના બુચ વાળી બાટલીમાં નાખી બંધ કરી મૂકી રાખવાથી થોડી વારમાં તેનું તેલ બની જશે. માત્રા ટીપાં ૧ થી ૨, સાકર અગર મધ સાથે આપવાથી કોલેરામાં થતો ઝાડો અને ઉલટી બંધ થશે. પાચનક્રિયા સુધરી કોલેરા વગેરે દરદ મટશે.

કૃમિહર પ્રયોગ.

કપિલો, વાવડીંગ, પીતપાપડાનાં બી (ખાખરાનાં બી) કાળુજીરૂ, કરંજવાનાં બીજ, દરેક તોલો એક અને ખુરાસાની અજમો તોલો અડધો, આ સઘળાને ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. માત્રા તોલો ૦। થી ૦॥ ગોળ સાથે ખાવાથી સરવે પ્રકારના કરમીયા પેટની અંદરથી નાબુદ થાય છે. બીજે દિવસે દિવેલનો રેચ લેવો. વળી પાશેર દહીં સાથે કપીલો તોલો પાથી અડધો લેવાથી કરમ નાશ પામે છે. **લુખસ**—કપીલો, ગંધક, સોડા, દરેક તોલો અડધો, અને તેલ તોલા ચાર, સર્વને એકત્ર કરી શરીરે ચોળવાથી સર્વ પ્રકારની લુખસ, ચળ અને શીળસ મટે છે. **ખસ**—બોદારસંખ, મનસીલ, કપિલો, ગંધક, પારો, જીરૂ, તીખાં, હળદર, સોનાગેરૂ અને કળીચૂનો આ સઘળું સરખા ભાગે લઇ પ્રથમ પારો અને ગંધક ખરલમાં ઘુંટી કજળી કરી, ઉપરની સઘળી દવાઓનું ચૂર્ણ તેમાં મળવવું. પછી તે સુકાને દિવેલમાં કાલવી ખસના ફોલ્લા પર ચોપડવું. દિવસમાં

બે વાર એ પ્રમાણે ત્રણ દિવસ ચોપડવાથી ગમે તેવી ખસ હશે તોપણ મટી જશે. દિવેલને બદલે ધોએલા ઘીમાં પણ ઉપરની દવા કાલવી ચોપડી શકાય છે.

ઉલ્ટી—કમળ કાકડીનાં બીજ, એલચીદાણા, લવીંગ, નાગકેસર, નાગરમોથ, સુખડ, લીંડી પીપર, અને રીસામણીનાં પંચાંગ, આ સઘળું સરખા વજને લઇ, વાટી, મધ સાથે ચટાડવું. માત્રા તોલો પા પા, દર પા કલાકે ઉલ્ટી મટે ત્યાં સુધી આપવું. આ ઔષધથી અસાધ્ય ઉલ્ટી હશે તોપણ તત્કાળ બંધ થઇ જશે.

તરસ—એલચી, કમળકાકડીનાં બીજ, જીરૂ, ધાણા, સુખડ, ચણીકબાલા, વાંસકપુર, નાગરમોથ, કપુર, અને દ્રાક્ષ સમભાગે લઇ તેમાં બે તોલા સાકર મેળવવી, પાણી સાથે ઘુંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. આમાંથી એક ગોળી મોઢાની અંદર રાખવાથી તરસ, ઉલટી અને ઉધરસ મટે છે.

હરસ—કરંજવાના બીજે, સૂંઠ, ચિત્રક મૂળ, સિંધવ, ઇંદ્રજવ, તીખાં, આ સઘળું સમભાગે લઇ વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવવું. માત્રા તોલો પા થી અડધો છાશ અગર દહીં સાથે લેવાથી હરસના મસા ખરી પડે છે, અને કાંઇ પણ ઇજા થતી નથી. આ ઉપરાંત ચૂંક, આફરો, અજીર્ણ અને ગોળો પણ આ ઔષધથી મટે છે, તેમજ જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત થઇ પાચનક્રિયા પણ નિયમિત બને છે.

બરોળ—ફૂલાવેલો ટંકણખાર, અજમો, કાળુજીરૂ, સવા, નવસાગર, સાજીખાર, ચિત્રકમૂળ, લીંડીપીપર, આ

સઘળું સમભાગે લઇ કુવરપાઠાના રસ સાથે ઘૂંટી ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. માત્રા દર ટંકે ગોળી બે. દિવસમાં બે વખત ખાવાથી બંરોળ નાબુદ થશે. તેમજ જઠરાગ્નિમાં વધારો થઇ પાચનક્રિયાની સઘળી હરકતો દૂર થશે. પેટના રોગ માટે આ ઉત્તમ ઉપાય છે.

રક્તરોધ ચૂર્ણ–કડાયા ગુંદર, સોનાગેરૂ, ધાણા, બાવળનો ગુંદર, સફેદ રાળ, ફૂલકાથો, કૌચના બીની મીજે, બીલીનો ગરભ, એલચી, કચોરો, કપૂર કાચલી, આમળાં, કાંટાળાં માયાં, વાવડીનાં ફૂલ, બાવળનાં ફલ, ઓથમી, જીરૂ, આંબાની ગોટલી જાંબુના ઠળીયા, સિંધવ, સેકેલી હીંગ, ખસખસ, જીરૂ, સૂંઠ, ચિત્રક મૂળ. આ સરવે સમભાગ લેવું. સાવરસીંગની ભસ્મ બે ભાગ લેવી, અને સાફ કરેલી લીલાગર ચાર ભાગ લેવી, સાકર આઠ ભાગ લેવી. આ સર્વનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી, માત્રા તોલો ૦। થી ૦॥ અગર શક્તિ પ્રમાણે વધતું ઓછું મધ અગર પાણી સાથે લેવાથી સર્વ પ્રકારના અતિસાર, મરડા, સંગ્રહણી આદિ મટે છે. શરીર પુષ્ટ અને આરોગ્ય બને છે. પાચનક્રિયા નિયમિત બનેછે.

રેચ બંધ થવાનો ઉપાય—કડાયો ગુંદર તોલો ૦। વાટી પાશેર દહીંની અંદર થોડા કલાક પલાળી તેમાં ત્રણ તોલા સાકર મેળવી ખાવું. આથી ગમે તેવો ભયંકર રેચ હશે તો પણ બંધ થશે. આ ઉપરાંત અતિશય રેચ લાગ્યાને પરિણામે થયેલી આંતરડાની હરકતો પણ મટશે. આ ઉપાય નેપાળાના સખત જુલાબથી થયેલી હરકતોને

મટાડવા અતિ ઉપયોગી છે. વળી ઉપર પ્રમાણે કડાયા ગુંદરને બદલે આથમી જીરાનો પ્રયોગ કરવાથી પણ ફાયદો થાય છે.

મુખ પાકનો ઉપાય—ફૂલકાથો, ફુલાવેલો ટંકણખાર, દરેક તોલો એક, સોનાગેરૂ, ચીનીકબાલા, વાંસકપુર દરેક તોલો અડધો, અને કપુર વાલ ચાર લઇ સરવેને બારીક વાટી ચૂર્ણ કરવું. માત્રા તોલો પાપા દિવસમાં બે ત્રણ વાર મધ સાથે લેવું. તેમજ મોઢામાં ચોપડી લાળ ઝરવા દેવી. આ ઔષધ વડે પારા વગેરેથી અથવા બીજા કોઇ પ્રકારથી આવેલું મોઢું તત્કાળ મટે છે. (૨) કોગળા કરવા માટે ફૂલ કાથો, ફૂલાવેલી ફટકડી, ફૂલાવેલો ટંકણખાર અને રસવંતી સમભાગે લઇ બારીક ચૂર્ણ કરવું. મોઢું આવે ત્યારે એક શેર પાણીમાં અડધો તોલો ચૂર્ણ નાખી દિવસમાં ત્રણ ચાર વાર કોગળા કરવા. આ ઉપાયથી અસાધ્ય મુખપાક હશે તોપણ મટી જશે.

ચાંદાં અને ચાંદિઓ માટે મલમ—મોરથુથુ રતિ એક, સફેદ કાથો, કપિલો, ઓદારશંખ, સોનાગેરૂ, દરેક તોલો ૧ કપુર તોલો ા, સોપારી નંગ એક, રસકપુર વાલ બે. એલચી તોલો અડધો, આ સઘળાને ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી ચાંદા ઉપર ભભરાવવું અગર ધોએલા ઘીમાં મેળવી ચોપડવું. આ ઉપાયથી સર્વ પ્રકારનાં ચાંદાં ચાંદીઓ મટી જાય છે. (૨) સોનાગેરૂ, કપુર, ઓદારશંખ, સફેતો, રાળ, દરેક તોલો અડધો, સફેદ મીણ તોલા બે, તલનું તેલ તોલા

ચાર લેવું. પ્રથમ તેલને જરા ગરમ કરી મીણુ અને કપુર તેમાં મેળવી દેવું. પછી બીજી વસ્તુઓનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાં મેળવી દેવું. ચાંદાં, ગઠ, ગુમડ, સડતા ઘા વગેરે ઉપર ચોપડવાથી જલદી આરામ થશે. વિશેષમાં ઉપરના મલમ સાથે બે વાલ મોરથુથુ નાખવાથી વધારે અને જલદી ફાયદો થશે.

કપુરાદિ ચુર્ણ—કપુર, કેસર, એલચી, નાગરમોથ, ચિત્રકમૂળ, તજ, વાંસકપુર, લીંડીપીપર, ચણીકબાબ, લવીંગ, જટામાસી, જાવંત્રી અગર સુખડ, તીખાં, જાયફળ, પીપળા મૂળ (ગંઠોડા), સૂંઠ, કંકોળ, કાળુજીરૂ, નાગકેસર. આ સર્વે સમભાગે લઇ ચૂર્ણ બનાવવું. ખાંડી બારીક ભુકો કરવો. સઘળા ચૂર્ણના ભારોભાર સાકર તેની અંદર મેળવી સીસીમાં ભરી બુચ મારવો. માત્રા તોલો પાથી અડધો, મધ અગર પાણી સાથે લેવાથી અનેક રોગો મટે છે. જેવાકે ઉધરસ, ઉટાંટીઓ, અજીર્ણ અરૂચિ, અપચો, આફરો, ઉલ્ટી, જવર શ્વાસ, સરદી, સળેખમ, સન્નિપાત, સ્વરભંગ, સુસ્તી, ઝાડો, મરડો, ચૂંક, ગોળો, પ્રમેહ, વીર્યશ્રાવ, નપુંસકતા ઇત્યાદિ આ ખરેખર એક મહૌષધરૂપ છે અને તે વડે ઉપરનાં સઘળાં દરદ ઉપર ઘણી સરસ અસર થઈ આરામ થઇ જાય છે.

કપુરાદિ વટી—કપુર વાલ ચાર, ફૂલકાથો વાલ આઠ, કળીચુનો વાલ આઠ, હીરા દખણુ વાલ બે, અને અફીણુ એક. આ સઘળી ચીજોને પાણી સાથે ઘૂંટી એકેક

ગ્રેન (એક ઘઉં ભાર)ની ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી એકથી ત્રણ, દિવસમાં બેથી ત્રણ વાર આપવી. આથી મરડો અને સંગ્રહણી મટે છે.

નેત્રાંજન—કપુર તોલો ૦।, જસદની ભસ્મ તોલો અડધો, કાળો સૂરમો તોલો એક. આ સર્વ વસ્તુઓને ખરલની અંદર બારીક લસોટી લુગડાથી ચાળી લેવી. પછી સીસીની અંદર ભરી, સળી વડે આંખમાં આંજવું. આ અંજનથી આંખમાંથી પાણીનું ઝરવું બળતરા થવી, ઝાંખ વળવી આદિ નેત્ર રોગો મટે છે અને આંખમાં શીતળતા રહે છે.

દંતમંજન—કપુર વાલ પાંચ, લાખ વાલ પાંચ, વાંસકપુર વાલ પાંચ, એલચી વાલ પાંચ, સુખડ વાલ દશ, ચણીકબાલા વાલ આઠ, સોનાગેરૂ વાલ દશ, ફુલાવેલી ફટકડી વાલ પંદર, ફુલ કાથો વાલ દશ, અકલગરો વાલ અઢી, તજ વાલ અઢી, લવીંગ વાલ અઢી, હરડે દળ વાલ દશ, સોપારી વાલ દશ, જાયફળ વાલ આઠ, ચાક વાલ દશ, કાંટાળાં માયાં વાલ દશ, ગુલાબનું અત્તર વાલ પાંચ. આ સર્વ ચીજોને બારીક વાટી વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ બનાવી દાંતે ઘસવાના ઉપયોગમાં લેવું. આ મંજન દાંતે ઘસવાથી દાંતના, મોંના તથા જીભના સર્વ પ્રકારના રોગો જાદુઈ રીતે મટી જાય છે.

ઔષધો શુદ્ધ કરવાની રીતઃ—

ઉપરની દવાઓમાં કેટલાક પદાર્થો શુદ્ધ કર્યા પછીજ વાપરવાથી ફાયદો થઇ શકે એમ હોવાથી તે તે પદાર્થો શુદ્ધ લેવાનું જણાવવામાં આવ્યું છે. તે શુદ્ધ લેવાના પદાર્થોનો એમને એમ ઉપયોગ કરવાથી ફાયદો ન થતાં કેટલીક વખત નુકસાન થવા સંભવ છે, માટે જ્યાં જ્યાં **શુદ્ધ** શબ્દ જોડવામાં આવ્યો હોય તે પદાર્થો શુદ્ધ જ લેવા. આ પદાર્થો શુદ્ધ મેળવવાની અગવડ વેઠવી પડે નહિ એમ ધારી પદાર્થો શુદ્ધ કરવાની રીતિ આ નીચે આપવાનું ઉચિત ધાર્યું છે. એ રીત ઘણી સહેલી છે. અને એ રીતે ઔષધ ઘણી સહેલાઇથી શુદ્ધ અને દવાના ઉપયોગમાં લેવાય તેવા કરી શકાશે. વળી પુસ્તકના પાના ૭૦ ઉપર **ક્રવ્યાદિ રસ** અને **શંખવટી રસ** વાપરવાનું સુચવવામાં આવ્યું છે. તે રસો શી રીતે બનાવી શકાય છે તે પણ આ નીચે જણાવવામાં આવ્યું છેઃ—

ક્રવ્યાદિ રસ—શુદ્ધ ગંધક તોલા ૨, શુદ્ધ પારો તોલો એક, લોહ ભસ્મ તોલો ૦।, સંચળ તોલો ૧, ટંકણ તોલો ૧, મરી તોલા ૨, પીપરીમૂળ તોલા ૨, ચિત્રકમૂળ તોલા ૨, સૂંઠ તોલા ૨, લવીંગ તોલા ૨; સર્વને ખાંડી લીંબુના રસની સાત ભાવના દેવી. (સાતવાર પલાળી પલાળી સૂકવવું.) માત્રા વાલ ૧–૪ અનુપાન પાણી અથવા છાશ. અથવા સિંધાલુણ, શેકેલજીરૂ અને હીંગ સાથે લેવું.

કોલેરા અજીર્ણ અતિસાર, મરડો, મંદાગ્નિ, અરૂચિ; આફરો; વાયુ, ગોળો, ઉદરરોગ ઇત્યાદિ મટે છે. શાર્ઙ્ગધર.

શંખવટી રસ—આંબલીનો ખાર તોલા ૪, પાંચ જાતનાં લુણ દરેક તોલો એક, શંખ ભસ્મ તોલા ૪, સુંઠ, તીખાં, પીપર, દરેક તોલો ૧, હીંગ તોલા ૨, વછનાગ તોલો ૧, પારો તોલો ૧, ગંધક તોલા ૨, પ્રથમ પારા અને ગંધકની કજળી કરી (ઘૂંટી) બીજાં ઔષધો ખાંડી વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરી સર્વ એકંદર ખરલમાં નાખી લીંબુના રસથી ખટાશ આવે ત્યાં સુધી ઘૂંટી ચણી બોર જેવડી ગોળીઓ વાળવી. માત્રા ગોળી ૧–૨. આથી સર્વ પ્રકારના અજીર્ણ ઉદરરોગ, કોલેરા, ગુલ્મ અને હરસ વગેરે મટે છે.

(૧) **હીંગબોક**—હીંગબોકના ચૂર્ણને સાત પૂટ આદાના રસના, સાત પૂટ લીંબુના રસના અને સાત પૂટ થોરીના દુધના આપવા. (સાતવાર પલાળી પલાળીને સુકવવું). આમ એકવીસ વાર ઘુંટી એકવીસ વાર સુકવે હીંગબોક શુદ્ધ થાય છે.

(૨) **વછનાગ**—બે ઘડી ગાયના દુધ સાથે ઉકાળી સુકવવાથી શુદ્ધ થાય છે.

(૩) **ભીલામાં**—ભીલામાનાં દીટાં કાપી નાખી સુડીથી કડકા કરી તે ટુકડાઓને એક પહોર સુધી ગાયના દુધમાં અને એક પહોર સુધી ભેંસના છાણને, પાણીમાં ચોળીને કરેલા રસ સાથે ઉકાળી પાણીથી ધોઇ નાખવાથી શુદ્ધ થાય છે.

(૪) **ધંતુરાનાં બીજ**–ધંતુરાનાં બીજને ગાયના મૂત્ર સાથે ચાર પહોર પલાળી રાખી ફોતરાં કાઢી નાખવાથી શુદ્ધ થાય છે.

(૫) **ઝેરકચોલું**–સૂડીથી નાના કડકા કરી ઘી સાથે જરા સેકી ઉપયોગમાં લેવું.

(૬) **ગંધક**—આમલસારા ગંધકનું ચૂર્ણ અને ઘી એ બે સરખા વજને લઇ લોઢાની કડછીમાં નાખી દેવતા ઉપર ગરમ કરવું અને જ્યારે ગંધક ઓગળી ઘી સાથે મળી જાય ત્યારે તેને એક માટીની લોટીની અંદર ભરેલા ૦॥ શેર ગાયના દૂધમાં ગળાઇને પડે તે રીતે નાંખવું.

(૭) **શંખ**–શંખને દેવતા માં તપાવી તપાવી લીંબુના રસમાં નાખવો. એ રીતે ભસ્મ થાય ત્યાં સુધી કરવાથી શુદ્ધ થાય છે.

(૮) **શિલાજીત**–હરડાં, બેઢાં અને આંબળાના ઉકાળામાં શિલાજીત મેળવી લુગડે ગળી લેવું અને દવામાં વાપરવું. સાધારણ શુદ્ધ કરવાની આ રીત છે. એજ પ્રમાણે ગુગળ પણ શુદ્ધ કરી શકાય છે. પરંતુ ગુગળને ઉપરના ઉકાળામાં ઉકાળીને લુગડે ગળી લેવો.

(૯) **ખાર કાઢવાની રીત**—જે ચીજેનો ખાર કાઢવાનો હોય તે ચીજને બાળીને રાખ કરવી. પછી તે રાખથી છ ગણું પાણી લઇને તેમાં તે રાખ નાખી ખૂબ મસળ્યા પછી તે પાણીને બે ત્રણ કલાક સુધી ઠરવા દેવું. છી પાણીમાં રાખનો ભાગ આવે નહિ તેવી રીતે બીજા

વાસણમાં ધીમેથી પાણી નીતારીને ગળી લેવું. આ નીતારી ગળી લીધેલા પાણીને ચુલે ચઢાવી બાળતાં પાણીનો ભાગ બળી ગયા બાદ તે વાસણમાં જે સફેદ ખારનો ભાગ રહે તે ઉપયોગમાં લેવો.

ઔષધ લાવવાની સાધારણ રીતઃ—

દરેક જાતની વનસ્પતિ—જડી બુટ્ટી વગેરે દવાઓ સ્નાન કરી પવિત્ર થઇ સૂર્યોદય વખતે લાવવી. જે ઝાડની છાલ મૂળ, આદિ લેવાં હોય તે તે ઝાડની ઉત્તર દિશા તરફનાં લેવાં. તેમજ ઔષધ લેતી વખતે બોલવું નહિ તથા મલિન જગોએ ઉગેલી, ઉધઈ વગેરેની ખાધેલી, માર્ગ ઉપરની અને હીમ તથા અગ્નિથી બળેલી, રાફડા યા સ્મશાન નજીકની એવી ઔષધિ લેવી નહિ. વળી ઔષધિ લેતી વખતે નીચેના મંત્રોનું ઉચ્ચારણ કરવું:–

ॐ वैतालाश्च पिशाचाश्च राक्षसाश्च सरिसृपा ।
अपसर्पन्तु ते सर्वे वृक्षादस्माच्छिवाज्ञया ॥
ॐ नमस्तेऽमृत संभूते बलवीर्य विवर्धीनि;
बलमायुश्च मेदेहि पापान्मे त्राहि दूरतः
अत्रैव तिष्ठ कल्याणि मम कार्य करोभव.

સિદ્ધનાગાર્જુન મુનિ.

આ ઉપર દર્શાવેલી સઘળી દવાઓ અમારી જાતની અનુભવેલી છે. તેમાંની કેટલીક મહાત્મા, ફકીર અને ઓલીયા પુરૂષોની સેવા રૂપ અને બાકીની જાતના અભ્યાસ અને

અખલરાના પરિણામ રૂપ પ્રાપ્ત થયેલી છે. એના ઉપયોગ વડે અનેક દરદીઓને ઘણી સરસ રીતે ફાયદો થયેલો છે. વળી આ દવાઓ કાષ્ટાદિ દ્રવ્યની હોઇ તેના ઘણા ખરા ગુણો ઘણાના જાણવામાં હોય એ સ્વાભાવિક છે. અને તેથી તેનો ડહાપણથી ઉપયોગ કરાશે એવી આશા રાખવી અસ્થાને નથી. આ ઉપરાન્ત એ ઉપાયો ઘણા સહેલા અને સસ્તા હોઇ સર્વ કોઇ તેનો લાભ લઈ શકશે.

આમ છતાં એક બાબતપર ભાર મૂકી જણાવવું ઉચિત લાગે છે, કે રોગ મટાડવાના ઉપાઓ શોધવા જવા કરતાં રોગ થાય જ નહિ એવા ઉપાયો શોધવામાં હંમેશાં મશગુલ રહેવું એ આરોગ્યને માટે સૌથી પ્રથમનું અને અતિ અગત્યનું છે. જે કારણોથી રોગ ઉદ્ભવે છે તેનાથી હમેશાં સાવધ રહી દૂર રહેનાર કદિ પણ રોગના પંજામાં સપડાય નહિ એ વાત સોએ સો ટકા જેટલી સાચી છે. રોગ કયાં કારણોથી ઉદ્ભવે છે અને આરોગ્ય રહેવાને માટે કયા નિયમોનું પાલન કરવું આવશ્યક છે તે અમે આ પુસ્તકના પ્રથમ ભાગમાં સ્પષ્ટ કરી બતાવ્યું છે અને તે તરફ વાચકવર્ગનું ફરીને ધ્યાન ખેંચીએ છીએ. દુર્વ્યસનો અને ઉંટવૈદોની જાળમાં ફસાતાં તન, મન અને ધનની કેવી ખુવારી થાય છે, તે હકીકતને પ્રતિક્ષણે મન સમીપ ખડી રાખી તેનાથી સાવધ રહેવું અને પોતાનું સઘળું વર્તન કુદરતી કાનુનોને અનુસરી ઘડવું એ આરોગ્યને માટે, એટલે કે સર્વ પ્રકારના સુખને માટે અતિ આવશ્યક છે. આવાં મનુષ્યોને વૈદની કે દવાની કદિપણ ગરજ પડે નહિ એ સ્વાભાવિક છે.

આમ છતાં માણસ તે માણસ છે અને તે ભૂલને પાત્ર છે. કસુરના પરિણામે તેને કુદરતી સજા ભેાગવવી પડે છે. આવે પ્રસંગે દવાની જરૂર જણાય તેા તેણે ગમે તેની દવા નહિ વાપરતાં કેાઇ સારા વિદ્વાન્ ડૉક્ટર કે, વૈદ્યની સલાહ લેવી એજ ઉચિત છે. ગમે તેવી દવાઓનેા ઉપયેાગ કરતાં ધન અને તનથી ખુવાર થવાય છે. મનુષ્યેા આ ખુવારીમાંથી બચે, પેાતાના રેાગનાં કારણેા અને લક્ષણેાને પિછાને અને તેને અનુસરી ડહાપણથી સહેલા અને સસ્તા ઉપાયેા દ્વારા પેાતાની જાતને દરદમાંથી અને નિરર્થક ખર્ચ-માંથી મુક્ત કરી શકે એવી કેવળ પરેાપકારની દષ્ટિએ આ પુસ્તકમાં પ્રકાશકે, કહેા કે, આ બીજા ભાગના લેખકે, પેાતાના વીસ વરસ જેટલી લાંબી મુદતના જાત અનુભવના ઉપાયેા આપવા ઉચિત ધાર્યું છે. તેમાં જણાવેલાં રેાગનાં કારણેા અને લક્ષણેાને પેાતાની જાતના સંબંધમાં સરખાવી તેમાં બતાવેલા ઉપાયેાનેા ડહાપણથી ઉપયેાગ કરનારને ગુરૂકૃપાએ અવશ્ય ફાયદેા થશેજ. આમ છતાં રેાગ પર-ખવાની કસુરથી યા બીજા ગમે તે કારણથી આ પુસ્ત કમાંના ઉપાયેાની દરદ ઉપર અસર ન થાયતેા તેણે તત્કાળ સારા વિદ્વાન્ ડેાકટર કે વૈદ્યની સલાહ લેવામાં વિલંબ કરવેા નહિ. આ મહારાજશ્રીની પેાતાની સલાહ માગનારને પણ તેઓશ્રી તેમના જ્ઞાન અને અનુભવ અ-નુસાર ઘટતી સલાહ અગત્ય જણાયે આપવા ચૂકશે નહિ.

सर्वत्र सुखीनः सन्तु । सर्वे सन्तु निरामया ॥

પ્રકાશકની ઓળખાણુ.

વાચક વર્ગના મોટા ભાગને કેવળ અપરિચિત એવી વ્યક્તિ, આરોગ્ય સંબંધી કોઇ પણ પ્રકારના પ્રયોગોને જાતના અનુભવના જણાવી, જનસામાજને તેનો ઉપયોગ કરવાની ભલામણુ કરે તે પહેલાં, પોતાની જાતના સબંધની કોઇ માન્ય કરી શકાય તેવી પ્રતીતિ સમાજ સમક્ષ રજુ કરવાની તેની આવશ્યક ફરજ છે. આ પ્રકારની માન્યતાને અનુસરી **પ્રકાશક** કે જેઓના પોતાના અનુભવેલા **ઔષધ પ્રયોગો** આ પુસ્તકમાં પ્રદર્શિત કરવામાં આવ્યા છે, તેમની જાતની માહીતિ આપે તેવાં સર્ટિફિકેટોમાંનાં કેટલાંકની નકલો આ નીચે વાચક વર્ગ સમક્ષ રજુ કરવામાં આવે તો તે અનાવશ્યક નહિ લેખાય. ઉલટુ ઉચિત થયેલું ગણાઇ આવકારદાયક લેખાશે. પ્રતિક્ષણે બદલાતા અભિપ્રાયોની વચ્ચે કરાતી સ્તુતિ વા નિંદા પ્રતિ સાધુ પુરૂષોની ઉદાસીનતા જગ જાહેર છે અને તેથી વાચકવર્ગને એવો કોઇ પણ પ્રકારનો એમાં ભ્રમ થવા સંભવ જ નથી.

1 "Certified that I know Bava Mahaveerdasji Guru Jankidasji who was first at Sanand and is now residing at Dholka. He is a respectable man earning his livelihood as a native physician. I find that he can prepare many medicines including Bhasmas in the Indian fashion & he has Studied *works* on native madicine such as '*Madhav Nidan*' and *Bhavaprakash* &c."

Ahmedabad. 30-5-1910. } sd. Govindrao Apaji Patil. B. A. LL. B.

2 " This is to certify that bearer Bava Mahavirdasji Guru Jankidasji an in habitant of Dholka but now residing at Viramgam is an Experienced Practical native Physician. He has good knowledge of perparing all the native medicines according to native system. Besides he has

good knowledge of *Madhav Nidan* and other works on the native medicines. He has also good knowledge of the English medicines. I know him since my arrival in Viramgam in may 1908"

Viramgam 4-7-1910.	Sd. Motiram Durgaram Desai Sub Assistant Surgeon,

I. c. Whittle Charitable,
Dispencery,
VIRAMGAM.

૩ "હું નીચે સહી કરનાર **શા. મોતીલાલ હરજીવન-દાસ** રહેવાશી **દાહોદના** તે ધોળકા સબજડ્જ સાહેબની કોરટના સીરસ્તેદાર તરીકે ધોળકામાં નીવાસ કરતો હતો. હાલમાં મારી બદલી થવાથી હું ધોળકામાંથી જવાનો છું. મારૂં ધોળકામાં બે વરસ રહેવું થયું તેના પાછલા ભાગમાં ધોળકાના પેલા વાસમાં **શ્રી રામજી મંદિર** છે. ત્યાં નીવાસ કરી રહેલા **મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી** ગુરૂ **જાનકીદાસજી** બીરાજે છે. તે મહાંતશ્રીએ એક દવાખાનું કહાડેલું છે. તેમાં તેઓ ગરીબ દર્દીને મફત દવા આપે છે. તેની સાથે નિરાશ્રિત ભિક્ષુક લોકોને દવા સાથે અન્નદાન આપે છે. આવા પરોપકારી કાર્યમાં પોતે પોતાનો અમૂલ્ય વખત રોકી

પરોપકાર હિતાર્થે દવાખાનું કહાડેલું છે. અને તેમાંની તે-ઓની દવા રામબાણ મને જણાઇ છે તેથી હું તેમનો આભારી છું. તેઓની મુલાકાત થઇ તેમની દવામાં ઔષધિ અને યોગસિદ્ધિથી બનાવેલું ચમત્કારી તાવીજ " બનાવેલું છે. આ તાવીજની મારે મોઢે હું કંઇ પ્રસંસા કરતો નથી પરંતુ માહાવીરદાસજી મહારાજે હેંડબીલ કાઢેલાં છે તેમાં તેની ચીકીત્સા લખી છે તે પ્રમાણે તેના ગુણો જણાય છે.

" એ માહાત્માની વઇદકમાં સાસ્ત્રોક્ત રીતને અનુસરી બનાવેલી ઔષધિ અને તનમનથી લીધેલો શ્રમ તેમને ફલીભૂત થાઓ અને તેવી ખબર મળવા હું વારંવાર અભીલાષા રાખું છું. વળી તે મહાત્માની મુલાકાતમાં મને ધર્મ સંબંધીના વિવાદમાં તેમના તરફથી હું શાન્તિ પામેલો તેઓનો **ગીતા** વગેરે પુસ્તકનો અભ્યાસ ઘણોજ વિનય પૂર્વક કરેલો પ્રત્યક્ષ જણાવી આપે છે, તેથી હું તેમનો મોટો આભારી છું તા. ૨૪ એપ્રીલ સને ૧૯૧૩ "

સહી. મોતીલાલ હરજીવનદાસ.

॥ ॐ तत्सत् ब्रह्मणे नमः ॥

૪ " અમો નીચે સહીઓ કરનારા રહેવાશી કસ્બે ધોળકા જીલ્લે અમદાવાદના તે ઘણી ખુસીની સાથે મહારાજ શ્રી મહાવીરદાસજીને સર્ટિફ્કેટ લખી આપીએ છીએ, કે કસ્બે ધોળકાના રામજી મંદીરમાં તેમણે દવાખાનું કહાડેલું છે તેમાં ગરીબ દર્દિને મફત દવા આપે છે. તેની સાથે નિરાશ્રિત ભુખે મરતા ભિક્ષુક લોકોને અન્નદાન આપે છે.

આવા પરોપકારના કાર્યમાં પોતે તન, મન અને ધનથી આગેવાની ધરાવી ભાગ લે છે તેને માટે અમો ધંનવા આપીએ છીએ તારીખ ૨૭ મી જાન્યુઆરી સને ૧૯૧૨.

સહી. શા. ચુનીલાલ તારાચંદ	સહી. શા. મથુરદાસ કુબેરદાસ.
,, મણિલાલ મગનલાલ, પ્લીડર અને પ્રેસિડેન્ટ, ધોળકા મ્યુનિસિપાલીટી.	,, મુખી કલાંણભાઇ ઘેલાભાઇ. ,, રામજી કૃષ્ણજી. ,, શે. ગીરધલાલ ભવાનદાસ.
,, પરિ. હરિલાલ શામળ.	,, સી. એ. પાઠક, સબ એસિસ્ટંટ-સરજન, ધોળકા.
,, કાછીઆ પરભુદાસ ભીખાભાઇ.	,, હરજી શામજી.
,, ખાતરી ભવાની લલ્લુભાઇ.	,, શા. ગોપાળ અમથા.
,, પરી. સાંકળચંદ નરોતમદાસ.	,, શા. છમનલાલ જમનાદાસ.

ગોવિંદરાવ આપાજી પાટીલ. બી. એ. એલ. એલ. બી.

સહી. પટેલ ગોકળભાઇ લલ્લુભાઈ.
,, છોટમલાલ છગનલાલ વકતા.
,, બારોટ મોતીરામ ઇચ્છારામ.
,, બારોટ મોતીલાલ સાંકળચંદ, મુખતીયાર વકીલ.
,, રામજીભાઇ વીઠલ મુખી.
,, કુબેરભાઇ નારણભાઈ.
,, મુખી પરસોતમ હરજીભાઇ.
,, મોદી છોટાલાલ દેવચંદ.
,, મીસ્ત્રી ભીખાભાઇ રણછોડદાસ.
,, પરી. કેશવલાલ પ્રેમચંદ.

,, ચુનીલાલ ગોવિંદજી, પ્લીડર. ધોળકા.
,, ત્રા. મુળશંકર નાહાનાભાઇ,
ધોળકા મ્યુનિ. લોકલબોર્ડ કાઉન્સેલર.
,, શેઠ માણેકલાલ ધનેશ્વર,
,, દેવરામ કાશીરામવાળા, મ્યુનિ. કાઉન્સેલર, ધોળકા.
,, ચુનીલાલ જીવણ.
,, ખાનશ્રી મુખત્યારખાન મોટુમીયાં, કારભારી તાલુકદાર.
,, તાલુકદાર જોરાવરખાનજી લતીફખાનજી.
,, સરદાર પ્યારમહંમદખાનજી લતીફખાનજી
તાલુકદાર ધોળકા.
,, શા. મોહનલાલ છગનલાલ,
,, ગાંધી માણેકલાલ પુરૂષોતમ.
,, છગનલાલ બી. મોદી, એસ. આર. ધોળકા.
,, તલસીદાસ કુબેરદાસ પટેલ.
,, ચોકસી ચુનીલાલ દેવચંદ. ઇત્યાદિ.

વિષયાનુક્રમ.

ભાગ ૧ લો.

ભાગ ૨ જો.

શુદ્ધિપત્ર.

પાનું.	લીટી.	અશુદ્ધ.	શુદ્ધ.
૭	૨૧	સ્વભાવિક	સ્વાભાવિક
૯	૮	તાત્કાલિત	તાત્કાલિક
૬	ફુટનોટ	જીવનને	જીવનનો
૧૬	૨૦	એ ખ	એ
૪૭	૨૩	સા મેહરકત	સામે હરકત
૫૨	૧૩	ध्रुवन्	ध्रुवम्
,,	૧૯	આપવી.	ખાવી.
૫૩	૪	હૃદયરાગ	હૃદયરોગ
૫૬	૭	वहन्या	व ह्न्यास्तु
૫૭	૧૪	તને	અને
૫૯	૧૧	નેત્રનુ	નેત્રનું
,,	૧૫	લક્ષણો	લક્ષણો,
૬૧	૨૧	મગના	મરીના
૬૩	૯	તિ	નાવ
૬૪	૧૫		કારણો
૬૬	૨		ટકે
૮૬			प्रमेहार्ति.
,,	૧૪		પ્રબોધિ
૯૬	૧૨		બાળક
,,	૧૪		બંધાય.

સૂચના.

આ પુસ્તક તેમજ **અભ્રકભસ્મ, લોહભસ્મ, મનોર્થવિજય કલ્પતરૂ** અને વીધિપૂર્વક લીધેલું ગણોનું મૂળ એ આદિ દવાઓ મંગાવવાનું ખર્ચ મંગાવનારને શિર છે. દવા વાપરવાની રીત દવાની સાથે લખી મોકલવામાં આવશે.

પુસ્તક તેમજ ઉપરની દવાઓ મળવાનું ઠેકાણું.

મહારાજશ્રી મહાવીરદાસજી જાનકીદાસજી.

રામજી મંદિર,

ધોળકા. (ગુજરાત.)

ઇનામ. ઇનામ.

રૂ. ૧૦૦.

૧ આ પુસ્તકના પર આ પાના ઉપર "આયુષ્ય રક્ષણાર્થે સર્વોત્તમ પ્રયોગ" તરીકે "અભ્રક કલ્પ" બતાવવામાં આવ્યો છે. ખરેખર અભ્રક ભસ્મ એ પરમ ગુણકારી ઔષધ છે અને તે અમોએ સંપૂર્ણ વીધિપૂર્વક શતપુટ દઈ તૈયાર કરેલી છે. દરેક મનુષ્ય તેનો લાભ લઈ શકે એ હેતુથી તેની કીમત તોલા એકની માત્ર રૂ. ૪-૦-૦ રાખવામાં આવી છે.

જે, આ ભસ્મ અપક્વ વા અશુદ્ધ છે એમ સિદ્ધ કરી આપશે તેને અમારા તરફથી રૂ. ૧૦૦ નું ઇનામ આપવામાં આવશે.

૨ વૈદ્યકશાસ્ત્રને અનુસરી સંપૂર્ણ વીધિપૂર્વક બનાવેલી **લોહભસ્મ** અમારી પાસે તૈયાર છે. કેટલાક આ ભસ્મ, તોલા એકના આઠ-દશ કે તેથી વધારે રૂપિયા લઈ વેચે છે; છતાં તેની શુદ્ધતા અને પક્વતા માટે શક રહે છે. અમારી બનાવટ સંપૂર્ણ વિધિપૂર્વક, શુદ્ધતર અને પરિપક્વ છે, અને છતાં જનહિતાર્થે તેની કીમત તોલા એકની માત્ર રૂ. ૪) રાખવામાં આવી છે.

આ ભસ્મો નીચેને સરનામે મંગાવી શકાશે.

મહાત્મા મહાવીરદાસજી જાનકીદાસજી.

રામજી મંદિર—ધોળકા.